

Sistematización
Herramientas psicosociales
Alianza psicosocial del
Caquetá

Consultora: Adriángela Ramírez

Psicóloga Clínica- Maestra de Meditación



Florencia, Caquetá. Junio 2023

Sistematización de Herramientas Psicosociales

Apoyado por:
Deutsche Gesellschaft für
Internationale Zusammenarbeit
(GIZ) GmbH

En cooperación con
PROPaz II Colombia

Rebekka Rust

Coordinadora del programa

Calle 125 No. 19 - 24
Bogotá - Colombia

Willian Ramirez

Lider de equipo.

Erika Ramirez

Coordinadora oficina Propaz Florencia
Caquetá

Stella Maris Bermeo Bahos

Asesora Participación de Víctimas
Caquetá Programa Propaz II

Texto

Adriangela Ramirez

Consultora

En colaboración con
**Alianza Psicosocial del
Caquetá:**

FUBEMCO:

Yineyda Yogui Gaitan

Red Salud Paz:

Luz Mary Luz Dussan

Corpomanigua:

Fanny Gaviria Henao

Sobrevivientes Tejiendo Memoria

María Arqensola Quintero

Favidesc: Sebastián Gomez-
Camilo Oviedo

Darr Salud mental y Bienestar:

Danna Marcela Restrepo-Ninfa Garzón

Investigadora Comunitaria Psicosocial:

Kely Johana Palacio.

Asesoría técnica

Stella Maris Bermeo

Esta publicación, ha sido apoyada por el Programa de Apoyo a la Construcción de Paz en Colombia Propaz II que está siendo implementado por la Deutsche Gesellschaft für Internationale Zusammenarbeit (GIZ) GmbH y sus contrapartes colombianas, por encargo del Ministerio Federal de Cooperación Económica y Desarrollo (BMZ) de Alemania.

Las ideas vertidas en el texto son responsabilidad exclusiva de las autoras y no comprometen la línea institucional de la GIZ.

Se autoriza la reproducción total del presente documento, sin fines pedagógicos, citando adecuadamente la fuente.

Elaborado en Florencia,
Caquetá Junio 2023



Implementado por
giz Deutsche Gesellschaft
für Internationale
Zusammenarbeit (GIZ) GmbH

Contenido

1- Capítulo uno: las herramientas:

a. Caja de herramientas: conozcamos las principales estrategias metodológicas

compartidas por las organizaciones que integra la alianza psicosocial en el año 2022.

- Herramienta psicosocial 1: Abordaje a la comunidad
- Herramienta psicosocial 2: Guía de autogestión de emociones
- Herramienta psicosocial 3: La meditación como herramienta de autocuidado
- Herramienta psicosocial 4: Sensibilización ante el enfoque diferencial a la población con discapacidad.
- Herramienta psicosocial 5: Metodología de intervención psicosocial a los familiares y víctimas de desaparición forzada para la construcción de narrativas.
- Herramienta psicosocial 6: Mándala
- Herramienta psicosocial 7: Terapias complementarias en el acompañamiento psicosocial para la salud, el buen vivir y la paz. (plantas medicinales).
- Herramienta psicosocial 8: Círculos de reflexión con mujeres
- Herramienta psicosocial 9: Almohadilla Herbal para autocuidado
- Herramienta psicosocial 10: Herramienta para identificar situaciones de riesgos
- Herramienta psicosocial 11: Herramienta psicosocial escalera de la provención

b. Organizaciones que integran la alianza

- Fundación para el bienestar y empoderamiento comunitario (FUBEMCO)
- Organización DARR.: salud mental y bienestar

- Asociación de familiares y víctimas de desaparición forzada en el Caquetá (FAVIDES)
- Asociación sobrevivientes tejiendo memoria
- RED SALUDPAZ.
- Corpomanigua tejiendo Amazonía por la vida
- Asociación Municipal de trabajadoras y trabajadores, campesinas y campesinos de san José del fragua

2- capítulo 2: Esto es una buena práctica... Alianza Psicosocial del Caquetá.

3- capítulo 3: Directorio de organizaciones e instituciones que trabajan temas psicosociales en Caquetá.

¿cuáles son las organizaciones, instituciones que en Caquetá trabajan lo psicosocial?

a. Estas organizaciones conforman la alianza psicosocial

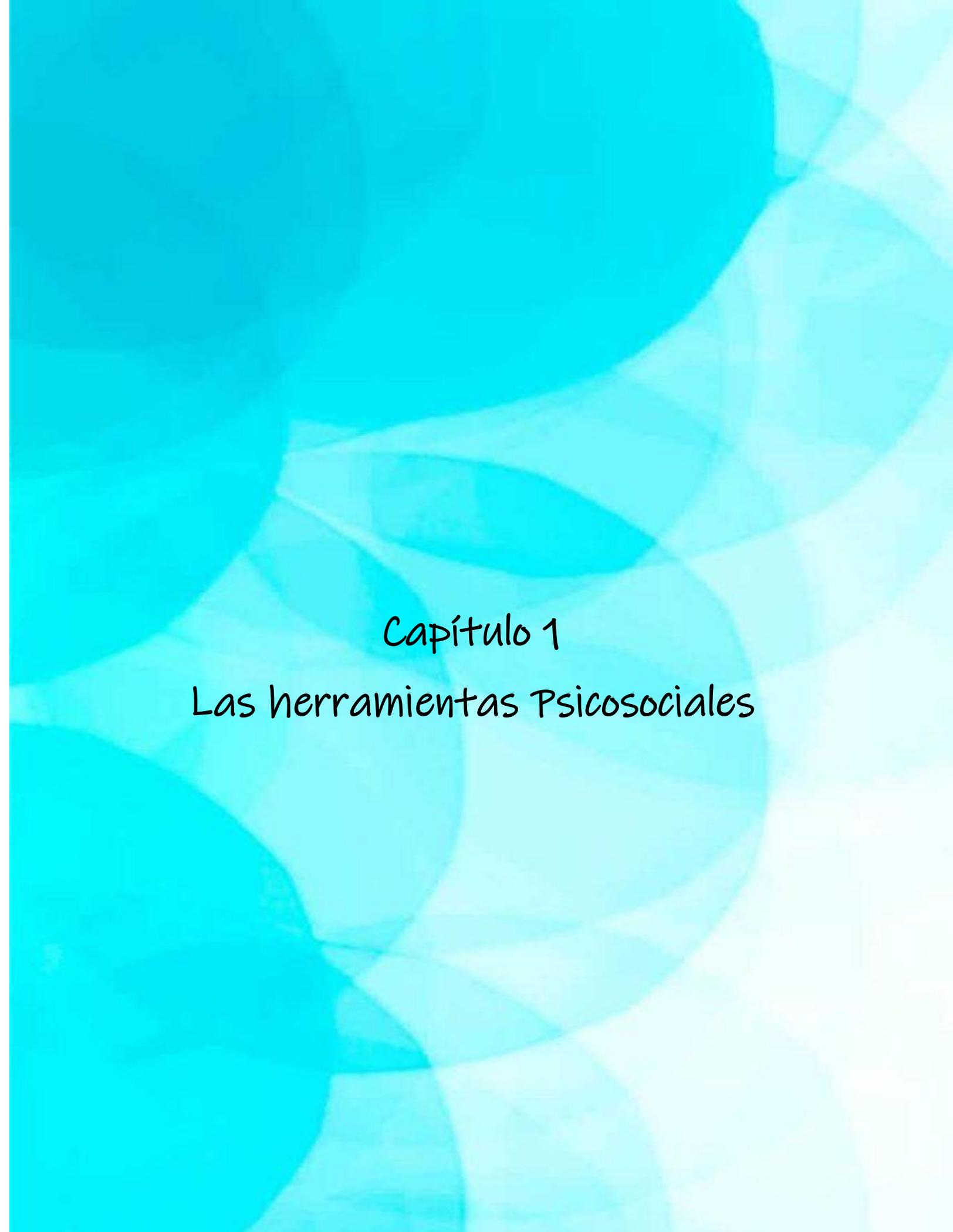
- ASOPORTALES Asociación Municipal de trabajadoras y trabajadores, campesinas y campesinos de san José del fragua
- CORPOMANIGUA tejiendo Amazonía por la vida
- DARR SALUD MENTAL Y BIENESTAR
- FAVIDESC (Asociación de Familiares y Víctimas de Desaparición Forzada en el Caquetá)
- FUBEMCO, Fundación para el Bienestar y Empoderamiento Comunitario
- Mujeres sobrevivientes tejiendo memoria
- RED SALUDPAZ.
- Oficina de Paz Uniamazonia

b. Otras organizaciones sociales

- Pastoral Social Arquidiócesis de Florencia
- Fundación Picachos
- Psicointegral del Caquetá
- Fundafes
- Fundación Alcatraz
- Fundación dignitas por la vida
- Fundación Biocomunicación

c. Otras instituciones relacionadas con trabajo psicosocial, psicología y salud mental en Caquetá, caracter público y privado

- Programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas PAPSIVI
- Programa de psicología de la unad
- Programa de psicología de la Uniamazonia
- Programa de psicología de la uniminuto
- Secretaria de salud Municipal- Secretaria de Salud Departamental
- Clinica la FE (Privado)
- Clinica Divino niño (Privado IPS)



Capítulo 1
Las herramientas Psicosociales

Acercándose

La Alianza psicosocial del Caquetá es una apuesta para unir las praxis y los diferentes enfoques psicosociales que tienen las organizaciones de este territorio, con el fin de aunar esfuerzos y brindar un acompañamiento a la población víctima del conflicto armado, en su proceso de auto rescate desde las diferentes áreas de desarrollo humano.

Este documento contiene la sistematización de una serie de herramientas para el acompañamiento psicosocial que surgieron a partir de la necesidad de reconocer en el territorio aquellas experiencias y prácticas de personas y organizaciones que han trabajado con diferentes estrategias metodológicas lo psicosocial y busca también brindar herramientas, algunos conceptos, y prácticas que le permitan a otros actores no psicólogos y del área de la psicología, trabajar bajo un enfoque de cuidado, participación y acompañamiento Psicosocial comunitario. Además, esta sistematización busca hacer un reconocimiento a todas aquellas personas y organizaciones que de manera cuidadosa han venido acompañando personas, familias y comunidades contribuyendo a su bienestar y a el tejido social.

Para la sistematización de esta caja de herramientas psicosociales inicialmente cada organización presentó y socializó su puesta al servicio de la población en mención compartiendo las herramientas psicosociales que estaban implementando en el territorio y que habían sido valoradas desde los resultados que se habían obtenido y que siguen en construcción permanente teniendo en cuenta los cambios que se dan en todo proceso.

Para sistematizar estas herramientas psicosociales inicialmente se diseñó una encuesta, la cual fue diligenciada por cada organización, posteriormente se realizó una revisión de los contenidos de las respuesta y con estos avances se procedió a realizar una entrevista personalizada con los representantes de cada organización, este proceso fue muy interesante porque se evidencio que hay organizaciones relativamente nuevas, recién constituidas y otras que son reconocidas en el territorio pero que todas tienen un aporte muy importante al proceso de atención psicosocial en el departamento.

Por medio, de esta sistematización, también se reconoce ampliamente, el esfuerzo que ha realizado cada organización, desde sus saberes y herramientas psicosociales para realizar los acompañamientos de abordaje psicosocial que han impactado las vidas de las personas, de forma individual y comunitaria en las cuales se han podido evidenciar las transformaciones, cambios y desenvolvimientos en su diario vivir y en la parte social.

Agradecer la entrega y dedicación de cada una de las personas representantes de las organizaciones en la participación en la Alianza Psicosocial y en la aportación de los insumos para la elaboración de esta sistematización.

Caja de Herramientas Psicosociales

Alianza Psicosocial

*“En una cajita de fósforos
se pueden guardar muchas cosas.*

*Un rayo de sol, por ejemplo
(pero hay que encerrarlo muy rápido,
si no, se lo come la sombra)*

*Un poco de copo de nieve,
quizá una moneda de luna,
botones del traje del viento,
y mucho, muchísimo más”*

María Elena Walsh

La caja de herramientas psicosociales es, en una paradoja, un contenedor de información en el cual la persona va guardando objetos, aprendizajes, experiencias, prácticas, ejercicios prácticos y vivencias que le permiten en un momento de su vida hacer uso de ellos para poder resolver con asertividad y confianza la situación que desea superar de una manera positiva y sana tanto para el como para un grupo o una comunidad.

Esta caja de herramientas psicosociales, contiene información conceptual, metodológica y práctica organizada paso a paso que ha sido validada por cada una de las organizaciones

desde su experticia y las diferentes intervenciones a nivel individual, grupal o comunitario acorde a los objetivos, misión y visión de cada una de ellas teniendo en cuenta el territorio en el cual se implementan.

En esta sistematización de las herramientas psicosociales abordadas por las diferentes organizaciones que integran la Alianza psicosocial del Caquetá, usted se deleitara con 11 herramientas psicosociales que se han implementado en el territorio desde cada uno de los procesos que brinda cada una de las organizaciones, como una manera de contribuir a la mitigación de las afectaciones emocionales, sociales y familiares que afronta la población víctima del conflicto armado.

Las siguientes herramientas psicosociales están proyectadas para alcanzar desde su misma intervención y uso la realización de los acompañamientos psicosociales desde el abordaje individual, grupal o comunitario a la población víctima de tal manera que se logre en ellos la generación de confianza, credibilidad y conciencia del buen vivir en las diferentes agrupaciones para la apertura e iniciación de un proceso comunitario, desarrollar la capacidad y habilidad para identificar, conocer y gestionar de manera positiva las propias emociones para un buen vivir, Comprender la importancia de la práctica de la meditación como una herramienta que favorece la salud mental y el buen vivir desde el autocuidado y el cuidado del otro, Construir narrativas en familiares víctimas de desaparición forzada a partir de un modelo metodológico de intervención psicosocial, Conocer afectaciones de la salud derivadas de conflictos, cuidando nuestro equilibrio emocional, Identificar plantas medicinales que se encuentran en la comunidad, conocer sus beneficios, preparaciones, promoviendo su uso con las personas y comunidades, Elaborar remedios, armonizador, aceite, para el uso alternativo o complementario, en situaciones que mejoran el bienestar de las personas de la comunidad o grupo de trabajo, Ofrecer a las y los participantes herramientas de armonización de espacios de escucha con el fin de transformar sus dinámicas de vida, orientar procesos para el autocuidado y la expresión de emociones mediante los círculos con mujeres, elaborar una pinta o almohadilla herbal para relajación en espacios con ellas, también se puede encontrar información sobre como poder identificar riesgos y crear las acciones de autoprotección para el de cuidado de la comunidad o algún miembro de ella, de igual manera se menciona la escalera de la provención como la forma de Contribuir a la cohesión grupal y aumentar los niveles de confianza y comunicación.

Objetivos de la caja de herramientas psicosociales

1. Ofrecer un inventario de herramientas psicosociales probadas en campo por organizaciones sociales y de base, las cuales al ser combinadas siguiendo un enfoque y estrategia metodológica han tenido impacto en el cuidado, autocuidado y salud mental de las personas, en el fortalecimiento de las redes sociales y comunitarias.
2. Contribuir a gestionar el conocimiento del trabajo psicosocial en Caquetá a través de revelar las diversas metodologías que psicólogos y no psicólogos han usado para el acompañamiento psicosocial

Estas herramientas psicosociales están dirigidas a personas interesadas en acompañar tanto a nivel individual como a nivel grupal y comunitario a las diferentes poblaciones que requieren los acompañamientos psicosociales para mitigar las afectaciones que ha dejado el conflicto armado en sus vidas, de igual manera Pueden ser utilizadas por lideresas, líderes comunitarios, profesionales, personas que hacen parte de grupos comunitarios que presten el servicio o lideren procesos de acompañamiento a las diferentes comunidades o grupos que desean mejorar su calidad de vida, su salud mental, sus procesos de autocuidado y que propendan por generar acciones para el mejoramiento social, emocional, laboral de las comunidades, De igual manera pueden ser utilizadas por otras organizaciones de índole oficial que requieran complementar sus prácticas o sus intervenciones psicosociales con alguna comunidad del territorio.

Para el uso de las herramientas psicosociales que se han mencionado en este documento de sistematización, se puede dimensionar que algunas de ellas refieren directamente una intervención psicosocial que propende por el crecimiento integral de la persona, la familia y la comunidad a partir de procesos de formación de capacitación producción y procesos de mejoramiento de la calidad de vida y la salud mental, de igual manera otras herramientas dan respuesta a la diversidad desde la normatividad existente en relación con los casos de desaparición forzada permitiéndole a las personas de la comunidad intervenida poder comprender el hecho victimizante y de una u otra manera entrar en el proceso de búsqueda de sus seres queridos desde la parte legal, Herramientas estas que generan un acompañamiento psicosocial directo y preciso para el logro de objetivos concretos, Del mismo modo también en alguna de ellas se hace intervención directa con comunidades rurales en el cual se enfatiza en temas de atención acompañamiento y contención en

situaciones específicas de violencia sociopolítica a las cuales se ven afectadas en su diario vivir. (FAVIDES, FUBENCO Y ASOCIACIÓN PORTALES DELFRAGUA).

Otra de las herramientas psicosociales referidas en este documento de sistematización son herramientas complementarias para procesos psicosociales de apertura de trabajo grupal con ejercicios de autocuidado y cuidado personal actividades de cuidado de la salud mental estas herramientas pueden perfectamente complementar los acompañamientos psicosociales específicos para el mejoramiento de la calidad de vida. (DARR, Red SALUPAZ, Asociación sobrevivientes tejiendo memoria y Corpomanigua)

**1-FUNDACIÓN PARA EL BIENESTAR Y EMPODERAMIENTO
COMUNITARIO FUBEMCO**

**HERRAMIENTA PSICOSOCIAL:
ABORDAJE A LA COMUNIDAD**

OBJETIVO: Generar confianza, credibilidad y conciencia del buen vivir en la comunidad para la apertura e iniciación de un proceso comunitario.

DIRIGIDO A: Grupos de personas que conforman una comunidad urbana/rural

Número de participantes: grupos desde 5 familias hasta 50

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 2 años mínimo

MATERIALES: formatos para la caracterización, papel periódico, marcadores, fichas de diferentes colores,

METODOLOGÍA:

Para realizar el abordaje de un proceso con la comunidad se requiere de la implementación del siguiente paso a paso con el fin de lograr el desarrollo de una intervención comunitario que mejore sus condiciones de vida.

PASO 1: ACERCAMIENTO Y ARTICULACIÓN: Se realiza con organizaciones locales (JAC) y líderes comunitarios cuando estos hacen la respectiva solicitud de intervención. Este acercamiento se hace a través de los directivos de la organización o en su efecto con un líder del sector, mediante solicitud verbal, telefónica o entrevista con un miembro de la fundación, se realiza una reunión entre los miembros de la fundación y los directivos de la organización para conocer de cerca la realidad de la comunidad y los propósitos de la fundación, allí se establece los procedimientos a seguir (Preselección de familias cuando se amerita por el numero alto de familias en el sector, reunión con las familias preseleccionadas, hacer la socialización de la propuestas de intervención, hacer la caracterización a cada familias, socialización de los resultados de la caracterización, elaborar un plan de acción con la comunidad).

PASO 2: REUNIÓN CON LA COMUNIDAD Se hace la socialización de la propuesta acordada entre los directivos de la fundación y la junta de acción comunal. En este espacio se hace una interlocución fluida entre la comunidad y los miembros de la Fundación, en la cual se establecen compromisos iniciales de acercamiento.

PASO 3: CARACTERIZACIÓN DE LA COMUNIDAD mediante la aplicación de una encuesta socio económica, se busca conocer el contexto en una primera mirada de la realidad de las familias del sector y sus necesidades y propuestas de solución.

PASO 4: REUNIÓN CON LA COMUNIDAD CARACTERIZADA se realiza una socialización de los resultados de la encuesta aplicada. En este paso los participantes hacen las respectivas complementaciones y correcciones si es necesario a la información.

PASO 5: PRIORIZACIÓN DE LAS NECESIDADES se priorizan las necesidades y se elabora un plan de acción teniendo en cuenta los diferentes grupos poblacionales (hombres, mujeres, jóvenes, niños y niñas) y la priorización de la comunidad desde lo psicosocial.

PASO 6: DESARROLLO DEL PLAN DE ACCIÓN.

Se elabora el plan de acción con la participación de la comunidad, el cual estipula las actividades concertadas por las dos partes (Fundación Comunidad) teniendo en cuenta las prioridades de las necesidades.

PASO 7: ELABORACIÓN, GESTIÓN Y DESARROLLO DE PROYECTOS.

Una vez elaborado y concertado el plan de acción general, se elaboraran y gestionaran los proyectos parciales y específicos de acuerdo a la priorización que con anterioridad se ha hecho con la comunidad, así se da respuesta a las necesidades de la comunidad.

PASO 8: PLANEACIÓN, MONITORIO Y EVALUACIÓN PERMANENTE.

Luego de la elaboración de la planeación de acciones desglosadas del plan de acción general se hace monitoreo, seguimiento y acompañamiento a las familias destinatarias, una vez terminado la acción se hará evaluación permanente de los aciertos, desaciertos y propuestas de continuidad.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

- Capacidad de manejo de los conflictos por la vía del diálogo y la concertación de los miembros de la comunidad intervenida.
- Mayor liderazgo en el manejo de los problemas y necesidades de la comunidad.
- Comunidades más solidarias, integradas, y con capacidad de realizar trabajos comunitarios para mejorar condiciones de vida.
- Familias con mayor capacidad de emprendimiento con el fin de generar recursos económicos
- Familias más autónomas y con capacidad de liderar procesos de continuidad.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACIÓN

- Que vivan en el lugar donde se está haciendo la intervención
- Que tengan estabilidad de tiempo y familia en el lugar donde vive.
- Que cumplan con los compromisos adquiridos a partir del inicio del proceso.
- Disponibilidad para las actividades y acciones planeadas en el proceso
- Que crean en los procesos comunitarios como medio para mejorar las condiciones de la familia.
- Hacer el proceso con comunidades vulnerables y con necesidades puntuales.
- Que cuenten con organizaciones comunitaria activas (Junta de acción comunal).

Nombre de los representantes de la organización en la Alianza Yineyda Yagüe Gaitán -
Angie Lorena Marín Bustamante

2-EMPRESA DARR
SALUD MENTAL Y BIENESTAR

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL: GUIA DE AUTOGESTIÓN DE EMOCIONES

OBJETIVO: Desarrollar la capacidad y habilidad para identificar, conocer y gestionar de manera positiva nuestras propias emociones para un buen vivir.

DIRIGIDO A: Grupos de personas interesados en el proceso de mediación de sus emociones.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: grupos hasta 25 personas o taller individual.

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 3 horas

MATERIALES: Colchonetas, velas, cojines, ropa cómoda, esencias, octavos de cartulina, marcadores, lanas de colores.

METODOLOGIA

La autogestión emocional es una de las competencias más importantes del desenvolvimiento y relacionamiento del ser humano, esta permite a las personas ser los propios gestores de su buen vivir y de desarrollar la habilidad de transformar los impulsos, las reacciones en respuestas positivas o favorables que generen paz, tranquilidad y felicidad.

PASO 1: RECONOCIMIENTO:

Las personas comprenden en este primer momento a través de ejercicios prácticos: qué son las emociones, qué son los sentimientos y la diferencia que hay entre ellos. Se reconocerán 7 emociones: Miedo, asco, tristeza, enfado sorpresa, felicidad y son innumerables los sentimientos ejemplo: incertidumbre angustia, abandono, frustración.

(Construcción de la guía portátil la cual tendrá 9 fichas bibliográficas.)

EJERCICIO PRACTICO: Dinámica descubro la emoción. Cada persona tendrá pegado en la frente el nombre de una emoción, pero no sabrá cual tiene, los demás compañeros la verán y le harán el gesto del significado de la palabra, se establecerá un dialogo de cómo se sintieron:

ficha 1 elaboración de cuadro comparativo Emociones VS Sentimientos)

PASO 2: IDENTIFICAR

En este paso, las personas identificarán y reconocerán cuáles son las emociones más frecuentes que están presentes en su vida, en sus diferentes espacios, en los diferentes momentos o en las diferentes situaciones a las cuales se enfrenta y que realmente generan afectación emocional, angustia, frustración, enojo y no se permite que se resuelva de la mejor manera o de la forma adecuada una situación.

EJERCICIO PRÁCTICO: Con un espejo o recortando una figura humana en papel del tamaño real de la persona, éste identificará en que parte del cuerpo ubica esa emoción y cómo es su actuar cuando no gestiona las emociones, enumerará cuales son las más frecuentes, se realizará conversatorio sobre lo que descubrieron.

Ficha 2: Se Elaborará una figura humana y se ubicara en ella las emociones y los sentimientos predominantes en las partes del cuerpo donde las pueda referir

PASO 3: IMPLEMENTAR LOS 5 PASOS DE AUTOGESTIÓN

Mediante el juego de roles con situaciones reales de la vida diaria de cada uno de las personas se practicarán los 5 pasos.

1.PARAR: Durante y despues de enfrentarse a la situación, la persona debe quedarse quieta, no reaccionar, es decir quedarse inmóvil para que tanto el cuerpo físico como el pensamiento no actúen mecánicamente ni de manera impulsiva.

2.RESPIRAR Y CONTAR: luego de parar, la persona debe rápidamente tomarse un tiempo para respirar y calmar la mente, oxigenarse y darle tiempo al cerebro de entender lo que paso, solo inhalará y exhalará varias veces hasta que sienta calma y pueda acompañar esta respiración con contar uno,dos,tres , esto le da tiempo de encontrarse consigo mismo antes de reaccionar automáticamente y con seguridad no habrá una respuesta inadecuada.

3.PENSAR: Este paso es muy importante porque le permite a la persona preguntarse ¿Por qué me estoy sintiendo así? ¿Qué me hizo sentir así? que es lo que me molesta o que fue lo que realmente sentí y por qué. le da tiempo para reconocer lo que esta sintiendo, encontrar el origen de la emoción y comprender de manera clara lo que siente

y esto le permite tomar consciencia de la manera en la que puede responder de forma consciente.

4.ACTÚAR: La persona ya esta lista para tomar una decisión de que acción emprender sobre la situación, será con toda seguridad una respuesta coherente y efectiva que ayude a resolver la situación. Es la acción o respuesta mental, física y emocional que va a dar.

5.CELEBRAR: Esto que la persona ha resuelto de manera asertiva es un aprendizaje para toda su vida, seguramente podrá seguir respondiendo con calma y respeto, desde la coherencia, puede celebrarlo y volver hacerlo las veces que sea necesario y cuando lo necesite.

Fichas 3,4,5,6,7 se describirán cada uno de los pasos de la autogestión de emociones.

PASO 4: DECRETAR Los participantes escribirán su decreto en una de las fichas de aplicación de la técnica de autogestión de emociones, en el cual mencionan las acciones en las que se comprometen para aplicar la técnica y de esa manera mejorar su calidad de vida.

Ficha 8 En esta ficha la persona podrá escribir el decreto para cumplirlo.

PASO 5: APRENDIZAJES

Se realizará un conversatorio donde cada participante mencionará los aprendizajes obtenidos en la metodología y se comprometerá a aplicarlos y compartirlos

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

Se espera con esta metodología de taller práctico lograr que cada persona reconozca cuales son las emociones y como puede aplicar para su vida los 5 pasos y por ende mejorar su calidad de vida y su salud mental a nivel personal, laboral, familiar y en la interacción con la comunidad

Elaborar las dichas guías de la autogestión de emociones.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION

1. Contar con las 3 horas de desarrollo de la implementación de la metodología

2. Tener una actitud abierta y de apertura al cambio

3. Tener la capacidad de hacer los cambios pertinentes en su diario vivir

4. Aplicar diariamente la metodología hasta que esta se convierta en un hábito

Representantes de la organización en la Alianza: Danna Marcela Restrepo Ramírez y Adriangela Elisa Ramírez y Ninfa Garzón .

3.EMPRESA DARR
DARR SALUD MENTAL Y BIENESTAR

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL
LA MEDITACIÓN COMO HERRAMIENTA DE AUTOCUIDADO

OBJETIVO:

Comprender la importancia de la práctica de la meditación como una herramienta que favorece la salud mental y el buen vivir desde el autocuidado y el cuidado del otro.

DIRIGIDO A: Grupos de personas interesados en el autocuidado y el cuidado del otro.

MATERIALES: colchonetas, velas, esencias y ropa cómoda.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: Grupos de hasta 25 personas o de manera individual

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN : 4 horas

METODOLOGIA:

Para DARR esta metodología es sumamente importante ya que mediante la meditación las personas aprenderán técnicas para practicarla, reconocerán los beneficios para su salud física y mental.

Es una técnica de autocuidado, cada persona podrá crear una meditación para el momento que lo requiera durante su práctica personal o trabajo con comunidad o a nivel individual o grupal.

PASO 1: CONOCIMIENTO Y SELECCIÓN DE LA TÉCNICA

Se realiza un acercamiento a la parte teórica de la meditación, se socializaran a través de fichas y rompecabezas las diferentes clases de meditación, algunas de ellas son: mindfulness, vipassana, la taoísta, la meditación guiada, transcendental, la zen entre otras, de igual manera hay formas de meditar relacionadas con el cómo hacerlo, por ejemplo: verbales, no verbales, cognoscitivas, auditivas, visuales, táctiles, kinestésicas, contemplativas.

PASO 2: ESTABLECER EL TIEMPO PARA LA PRÁCTICA

Por medio de un organizador realizado con fichas de cartulina, cada persona establecerá de acuerdo a las actividades diarias mencionadas, el momento adecuado para hacer la practica, se sugiere que para la práctica de la meditación sea en la primera hora de la mañana o antes de acostarte. sin embargo, lo importante es tener buena disposición.

PASO 3: SELECCIONAR EL LUGAR ADECUADO

Cada participante escogera de acuerdo a su vivienda o donde pasa la mayor parte del tiempo el lugar adecuado para la practica, este debe ser un lugar tranquilo, fresco, ordenado, que genere mucho agrado, ojalá no tenga interrupciones, puede colocar música e incienso si es de su preferencia y dependiendo la técnica que haya escogido para practicar. Si es un espacio abierto puede aprovechar para conectar con la naturaleza.

PASO 3: UTILIZAR ROPA CÓMODA

Se indicará que se requiere para la practica: quitarse los zapatos y ponerse ropa holgada y cómoda, que no apriete, para evitar sentir sensaciones de incomodidad. De igual manera, debe quitarse el reloj o aquello que puedan causar molestia física.

PASO 4: ESCOGE UNA POSTURA CORRECTA

Se dan a conocer las diferentes posturas para meditar entre ellas, sentado en una silla, sentado en el suelo, posición flor de loto, acostado, estas dependen de su preferencia. Es importante saber que debes tener la espalda recta, relajar los hombros y los brazos.

PASO 5: INCORPORA LOS MUDRAS

Se enseñarán algunos mudras como el de la armonía, paciencia, la sabiduría, agradecimiento y la claridad mental, estos son de origen sánscrito que significa "sello", Los mudras son gestos que realizan con las manos y ayudan a transformar la energía del cuerpo.

PASO 6: INCORPORA LOS MANTRAS

Se explicará como incorporar los mantras que son palabras o frases que buscan generar impacto espiritual y psicológico en la persona que los canta.

Se enseñará el mantra Om el cual se define como "la semilla", el origen de todos los sonidos y palabras.

PASO 7: CONCENTRATE EN TU RESPIRACION O UN OBJETO

Se enseñarán algunos métodos para respirar conscientemente como: la respiración diafragmática o abdominal, costal o toraxica, clavicular y respiración completa con el fin de que la persona pueda seleccionar la que más cómoda sienta o tambien pueda conectar con un objeto que esté viendo o se esté imaginando. Esto ayuda a centrar la mente en la meditación y a lograr momentos de mayor duración en la práctica.

PASO 8: IDENTIFICA LOS PENSAMIENTOS Y DEJALOS PASAR

Se enseñará a reconocer los pensamientos que llegan a la mente, si esto sucede en la practica la persona debe volver a concentrarse en la respiración y dejarlos pasar hasta poder llegar a la profundidad de la meditación y entrar en un estado profundo de relajación.

PASO 9: INCREMENTAR EL TIEMPO DE LA MEDITACIÓN Y PRACTICAR OTRAS TÉCNICAS

Se les sugerirá a las personas que cuando hayan adquirido mayor experiencia incrementen poco a poco el tiempo de la práctica hasta que esta se convierte en un hábito.

PASO 10: INCLUYE TU MEDITACION A TU RUTINA DIARIA

Se sugiere que diariamente practiquen la meditación, en los horarios escogidos, podrán ver como la salud mental mejora y tienen mejores hábitos de vida para auto cuidarse y para resolver las situaciones cotidianas de manera acertada.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

Generar en las personas motivación y decisión para que incluyan la práctica de la meditación en sus rutinas diarias como parte de sus procesos de autocuidado y mejoramiento de la salud mental y el buen vivir.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION

Tener en cuenta todos los pasos mencionados anteriormente con el fin de lograr una muy buena práctica de meditación como hábito saludable de vida.

Representantes de la organización en la Alianza: Danna Marcela Restrepo Ramírez y Adriangela Elisa Ramírez y Ninfa Garzón .

4.EMPRESA DARR
SALUD MENTAL Y BIENESTAR

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL: SENSIBILIZACIÓN ANTE EL ENFOQUE DIFERENCIAL A LA POBLACIÓN CON DISCAPACIDAD.

OBJETIVO: Sensibilizar a las personas ante la condición de discapacidad para fortalecer la inclusión social de esta población mediante la experimentación de vivencias y realizar un acercamiento a la Lengua de Señas Colombiana como estrategia de interacción social con la población sorda

DIRIGIDO A: Grupos de personas interesados en el proceso inclusión social de personas con discapacidad.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: grupos hasta 30 personas.

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 4 horas

MATERIALES: paquetes de galletas, pañoletas, copias del alfabeto dactilológico, fichas con las letras en LSC, Pliego de papel craf, marcadores, círculos en cartulina de colores.

METODOLOGIA:

PASO 1: IDENTIFICACIÓN DE LAS DIFERENTES DISCAPACIDADES: En este primer momento mediante ejercicios prácticos las personas reconocerán que según la Ley 1448 de 2011 el enfoque diferencial refiere que hay poblaciones con características particulares en razón de su edad, género, orientación sexual y situación de discapacidad. Y que, según el Artículo 2 en el numeral 8 de La Ley Estatutaria 1618 de 2013, se establecen las disposiciones para garantizar el pleno ejercicio de los derechos de las personas con discapacidad.

En esta herramienta se enfatizará en el abordaje de discapacidad -víctima.

Para que el grupo pueda identificar el tema, se realizarán diferentes actividades mediante las cuales se reconocerán las barreras a las cuales se enfrentan las personas con discapacidad.

- ✓ diapositivas explicativas con las diferentes discapacidades
- ✓ loterías con la definición y la imagen de las discapacidades para unir

- ✓ descubra el personaje a través de gráficos de cada una de las discapacidades
- ✓ estudio de casos reales de la comunidad con la que se trabaja

Actividades que permitirán a los participantes comprender en que consiste cada una de las discapacidades y poder diferenciarlas.

- ✓ Es La deficiencia visual:
- ✓ La deficiencia motora:
- ✓ La deficiencia auditiva:
- ✓ La deficiencia cognitiva:
- ✓ Las deficiencias mentales:
- ✓ Las deficiencias múltiples:

PASO 2: SENSIBILIZACION, ACERCAMIENTO HACIA EL ENFOQUE DIFERENCIAL A LA DISCAPACIDAD:

Durante este momento se vivenciarán las diferentes discapacidades: visual, motora, auditiva, cognitiva, mentales y las deficiencias múltiples.

- ✓ Se realiza dinámica "ponte en mis zapatos", las personas formarán grupos de 10 y colocara cada uno un zapato en la mesa de centro de cada grupo y luego se sentarán en su respectiva silla; después de cubrirse los ojos se les pedirá que busquen su zapato y se lo coloquen regresando nuevamente a su silla.
- ✓ Se entregará a cada persona una galleta en sus respectivo empaque la cual deberá destapar y consumir sin utilizar las manos.
- ✓ Se va a promover la sensibilidad y la expresión corporal; formando dos filas el último de la fila transmitirá un mensaje dibujado en la espalda del compañero quien dibujará lo percibido a siguiente y así sucesivamente hasta llegar al primero de la fila, luego se comparan el mensaje final con el inicial. se comentará lo aprendido.
- ✓ Se mostrará los saludos en Lengua de Señas Colombiana y el alfabeto dactilológico.
- ✓ Dinámica de auto control de movimientos: uso de coreografía y video
- ✓ Taller de acercamiento al uso del braille.
- ✓ Preparación de alimentos elaborados con los ojos vendados para compartir
- ✓ Adivinar nombres de películas haciendo solo las señas sin hablar
- ✓ Desplazarse de un lugar a otro con los pies amarrados a sus compañeros ubicados en diferentes lateridades.

En este paso, los participantes han tenido acercamiento para entender lo que implica la discapacidad.

PASO 3: MOVILIZACIÓN Y APRENDIZAJES

Los participantes elaborarán materiales que les ayudara a interactuar con las personas con discapacidad, sera de mucha utilidad para ellos y les quedara de material de consulta.

- ✓ Aprenderán a presentarse en Lengua de Señas Colombiana ante una persona con discapacidad auditiva.
- ✓ Elaborarn las fichas con el alfabeto dactilologico
- ✓ Aprenderan las tecnicas para guiar a una persona ciega
- ✓ Conoceran el alfebeto en braille y escribiran sus nombres completos
- ✓ Reconoceran la maneras de comunicarse desde los pictogramas y elaborarn uno
- ✓ Recibiran información y realizaran la parte practica para acompañar una persona en silla de ruedas

PASO 4: TRANSFERENCIA:

Las personas se comprometeran a utilizar lo aprendido durante la interacción social con personas con discapacidad y se tendrá en cuenta esta herramienta en las actividades de apoyo psicosocial con familias que tienen bajo su responsabilidad personas con discapacidad.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

Se espera que con esta herramienta se logre sensibilizar a las personas al identificar las diferentes discapacidades y que cada uno logre interactuar con ellos desde las condiciones que presentan de igual manera puedan aportar a minimizar las barreras del contexto para lograr la inclusión social y educatiiva .

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION

1. Tener las 4 horas para la implementación del Taller de sensibilización.
2. Contar con la participación activa de los asistentes.
3. Practicar las señas aprendidas diariamente.
4. Utilizar lo aprendido en la interacción con las personas con discapacidad.

Representantes de la organización en la Alianza: Danna Marcela Restrepo Ramírez y Adriangela Elisa Ramírez y Ninfa Garzón .

5. FAVIDESC
ASOCIACIÓN DE FAMILIARES Y VÍCTIMAS DE DESAPARICIÓN FORZADA
EN EL CAQUETA

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL
METODOLOGÍA DE INTERVENCIÓN PSICOSOCIAL A LOS FAMILIARES Y
VÍCTIMAS DE DESAPARICIÓN FORZADA PARA LA CONSTRUCCIÓN DE
NARRATIVAS.

OBJETIVO: Construir narrativas en familiares víctimas de desaparición forzada a partir de un modelo metodológico de intervención psicosocial

DIRIGIDO A: Familiares y víctimas de desaparición forzada en el Caquetá.

NÚMERO DE PARTICIPANTES:
Individual- Familiar

MATERIALES: grabadora de sonido, cámara fotográfica, marcadores, cartulina, lápices, colores.

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 4-5 encuentros.

METODOLOGIA

FAVIDESC comprende la intervención psicosocial como un proceso que procura generar acciones que permitan el cambio en las situaciones que han originado afectaciones en las personas y se orienta a la promoción de bienestar, el desarrollo y la emancipación de las personas y las comunidades. Al intervenir la situación el/la profesional brinda herramientas y guía el proceso para que las personas o comunidades co-participen y puedan afrontar la ocurrencia de hechos buscando potenciar sus capacidades y desarrollar herramientas para actuar frente a esta problemática.

En FAVIDESC se busca que las intervenciones estén acompañadas por una mirada de comprensión del otro en tanto sujeto relacional y en construcción, un ser que se constituye desde lo biológico, social, económico, político y cultural. Se entiende que las personas son producto del devenir histórico, pero que también producen, acontecen, crean y recrean su realidad y entorno.

Con base a lo anterior, FAVIDESC construyó y ejecutó un modelo de intervención psicosocial pensado a partir de cuatro momentos tal como se evidencia a continuación:

PRIMER PASO: SENSIBILIZACIÓN Y RECONOCIMIENTO DEL OTRO.

FAVIDESC resalta la importancia de ese primer momento, ya que es donde se reconocen elementos indispensables de su contexto y de sus particularidades como sujetos. De esta manera, el formulario de inscripción permite la vinculación formal del familiar a la Asociación en caso de que este lo desee y crea pertinente, por lo tanto, se hace un proceso de socialización de FAVIDESC con una breve reseña histórica y delimitando los objetivos y campos de acción de la organización.

Por otro lado, el consentimiento informado es un elemento primordial para poder realizar acciones de acompañamiento psicosocial, memoria histórica y gestión documental esto debido al manejo de información sensible que se ira compartiendo a lo largo de todo el proceso.

SEGUNDO PASO: ENTREVISTAS A PROFUNDIDAD Y CREACIÓN DE LAZOS DE CONFIANZA.

Se realizará la entrevista la cual se debe generar en un ambiente de confianza, ya que es fundamental para que las personas compartan sus relatos. Estas narrativas aportan una información inicial relevante en torno a la desaparición del familiar. A pesar de que el hecho de desaparición forzada en sí se aborda

TERCER PASO: EXIGIBILIDAD DE DERECHOS.

Frente a la diversidad de normatividad existente en el país en relación con los casos de desaparición se diseñan estrategias que permita la divulgación de rutas que atiendan a las necesidades de los buscadores y las buscadoras. De esta manera y en relación a la oferta institucional que se cuenta en el Caquetá y con el trabajo llevado a cabo en la Mesa Municipal para la, prevención, asistencia y atención a víctimas de desaparición forzada de Florencia se hace posible identificar tres caminos que los familiares pueden transitar:

1. Búsqueda Judicial: En este camino se busca comprender la búsqueda desde la activación del Mecanismo de Búsqueda Urgente (MBU) en una URI o solicitar dicha activación ante el Ministerio Público, así en menos de 24 horas un juez o fiscal debe dar respuesta a la solicitud de activación, y por otro lado, también abarca la respectiva denuncia del delito para el inicio de una investigación judicial que estará a cargo de Fiscalía General de la Nación.

2.El segundo camino, hace referencia a la búsqueda humanitaria y extrajudicial que hace la Unidad de Búsqueda de Personas dadas por Desaparecidas.

3.El tercer camino de la búsqueda de la reparación y la dignificación, concierne en primera instancia según lo estipulado en la Ley 1448 a la Unidad para la Atención y Reparación Integral de las Víctimas (UARIV); no obstante, también le concierne a las entidades del Estado incluidas en el SNARIV, de esta manera se busca el restablecimiento de derechos, la compensación económica, rehabilitación de daños físicas y psicológicas de las víctimas y las organizaciones de la sociedad civil solidarias y corresponsables con la búsqueda de los desaparecidos, la labor de dignificar a las víctimas y contribuir en el restablecimiento de los derechos y la no repetición; esto permite que se abra una abanico de ofertas institucionales que apoyan la búsqueda y la reparación de las víctimas, mitigar el dolor, proporcionar bienestar y ofrecer garantías de no repetición.

CUARTO PASO: MAPAS DE AUSENCIA.

Se realiza El “mapeo” como una práctica, una acción de reflexión en la cual el mapa es sólo una de las herramientas que facilita el abordaje y la problematización de territorios sociales, subjetivos, geográficos. Este es importante porque:

- Desafía los relatos dominantes sobre los territorios, a partir de los saberes y experiencias cotidianas de los participantes.
- Se visibilizan las problemáticas más acuciantes del territorio identificando a los responsables, reflexionando sobre conexiones con otras temáticas y señalizando las consecuencias.
- Se complementa con el proceso de rememorar y señalar experiencias y espacios de organización y transformación, a fin de tejer la red de solidaridades y afinidades.

Finalmente, se integra un conjunto de disposiciones sobre el espacio: luz, sonidos, distancia y ubicación de los cuerpos, posibles ángulos de las miradas. De igual forma, como entrevistador, se debe tener en cuenta lo corporal: la forma de sentarse, la vestimenta, los gestos, etc, ya que todo comunica, lo primordial es la apertura de la palabra que no suponga una acción con daño sino la posibilidad de un encuentro empático.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO

Facilitar el establecimiento de confianza con las personas que participan en el proceso.

Que las familias encuentren los cuerpos de sus seres queridos o tengan claridad en la información sobre la desaparición.

Socializar las diferentes rutas para que sean conocidas por la población víctima de desaparición forzada.

Que FAVIDES sea un punto de apoyo y acompañamiento de las familias que viven este hecho victimizante.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION

Realizar el paso a paso de la metodología para lograr el objetivo programado.
Entregar toda la información pertinente para facilitar el proceso

Los representantes ante la Alianza son Jhon Sebastián Gómez Valencia - Cristian Camilo Oviedo

ASOCIACIÓN SOBREVIVIENTES TEJIENDO MEMORIA

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL: MANDALA

OBJETIVO: Ofrecer a las personas herramientas de armonización de espacios de escucha

DIRIGIDO A: Víctimas del conflicto armado, familiares, funcionarias y funcionarios de entidades estatales y personas interesadas en ofrecer acompañamiento a víctimas

NÚMERO DE PARTICIPANTES: Grupal (no tiene límite de participantes)

MATERIALES: Siempre debe llevar los cuatro elementos: tierra, aire, fuego, agua. Adicionalmente, se identifican los elementos del espacio que harán parte del mandala tales como flores, piedras y objetos personales de las y los participantes.

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 3 horas

METODOLOGÍA:

PASO 1. ESPACIALIDAD 10 MINUTOS

Selección e identificación del espacio en el que se construirá el mándala. ¿Dónde estamos? ¿Qué forma tiene el espacio? Y, de acuerdo a ello ¿qué forma tendrá el mándala? Lineal, circular, espiral, en forma de útero, en forma de cuerpo

PASO 2. MATERIALIDAD 15 MINUTOS

Identificación de los elementos que harán parte del mándala. Siempre debe llevar los cuatro elementos: tierra, aire, fuego, agua. Adicionalmente, se identifican los elementos del espacio que harán parte del mándala tales como flores, piedras y objetos personales de las y los participantes.

PASO 3. CREACIÓN COLECTIVA 20 MINUTOS

Todas las personas son invitadas a construir colectivamente el mándala para poner su intención en el espacio que se abrirá de conexión y diálogo. Es importante estar descalzos para conectarse mutuamente y con la madre tierra

PASO 4. ARMONIZACIÓN 45 MINUTOS

Este es el momento que inaugura el mándala a través de la sensibilización de los sentidos. De manera pausada y consciente se hace un recorrido por cada uno de los sentidos que despierta el mándala incentivando a quienes participan a compartir sus impresiones mediante preguntas dirigidas.

Vista: Las personas se toman un momento para apreciar y observar las formas y colores del mandala

¿Qué me llama la atención? ¿Qué mensaje transmite ese mandala?

Oído. Una de las facilitadoras de la sesión canta cantos medicina acompañados por instrumentos ancestrales como el tambor y el palo de agua.

¿Qué emociones despiertan en mí los cantos? ¿Qué sensaciones me transmiten los instrumentos?

Tacto. Las personas se toman de las manos para conectarse con los demás y sentir la piel, la temperatura y la presencia de quienes hacen parte de la actividad.

¿Cómo me siento cuando me tomo las manos con los demás?

Olfato. Una de las facilitadoras pone una gota de esencia de plantas medicinales en la planta de las manos de cada uno y de los asistentes, se les pide que froten sus manos y hagan una inhalación profunda. Según investigaciones neurobiológicas, el olfato activa en el cerebro áreas involucradas con la memoria y las emociones. Partiendo de esta conexión privilegiada entre oler, sentir y recordar, se pregunta a las y los participantes ¿Qué recuerdo me trae este aroma? ¿Qué sensación me evoca este aroma?

Este momento de armonización y activación de los sentidos tienen el propósito de endulzar el cuerpo, el alma y la palabra

PASO 5. REPRESENTACIÓN SIMBÓLICA DE LO ESPIRITUAL 20 MINUTOS

En este momento se explica qué es un mándala como representación simbólica y espiritual, su rol en escenarios rituales y su aparición en diferentes culturas.

PASO 6. INTERCAMBIO DE EXPERIENCIAS 45 MINUTOS

Se explicará que el mándala propuesto desde la organización Sobrevivientes Tejiendo Memoria ha sido empleado como estrategia de armonización, apertura y cierre de diferentes momentos emblemáticos en los procesos de construcción de paz en el Caquetá en el marco del Sistema Integral de Verdad, Justicia, Reparación y no Repetición. En este momento de la sesión, se comparten tres experiencias relacionadas con:

-Apertura de la casa de la verdad en Florencia. CEV

-Entrega del informe de víctimas de violencia sexual del Caquetá a la JEP

-Acto conmemorativo y de compromiso por la búsqueda de las personas dadas por desaparecidas con funcionarios de la UBPD

Al finalizar la exposición se abre el espacio de preguntas e indagación por otras experiencias que puedan traer las personas y se sugiere su uso.

PASO 7. CIERRE DEL MANDALA. 15 MINUTOS

Abrazo de corazón a corazón para sentir la palpitación del otro y la otra y palabras de cierre

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

- Identificar y aplicar nuevas herramientas de armonización de espacios en el desarrollo de procesos de acompañamiento psicosocial
- Comprender el rol de la sensorialidad en los ejercicios de sanación
- Reconocer el valor de los elementos rituales en ejercicios de sanación

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION

Contar con un espacio en el que las y los participantes puedan disponerse en círculo.

Nombre de los representantes de la organización en la Alianza María Argensola Quintero Bañol y Yenny Tatiana Grisalez.

7.RED SALUDPAZ.

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL TERAPIAS COMPLEMENTARIAS EN EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOSOCIAL PARA LA SALUD, EL BUEN VIVIR Y LA PAZ.

OBJETIVO:

1. Conocer afectaciones de la salud derivadas de conflictos, cuidando nuestro equilibrio emocional.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: de 1 a 25 personas

MATERIALES:

<p>2. Identificar plantas medicinales que se encuentran en la comunidad, conocer sus beneficios, preparaciones, promoviendo su uso con las personas y comunidades.</p> <p>3. Elaborar remedios, armonizador, aceite, para el uso alternativo o complementario, en situaciones que mejoran el bienestar de las personas de la comunidad o grupo de trabajo.</p> <p>DIRIGIDO A: grupos que tengan interés en el conocimiento y uso de plantas medicinales</p>	<p>-plantas medicinales -Alcohol -Frascos</p> <p>TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 4 horas</p>
--	---

METODOLOGIA:

EXPERIENCIAS DEMOSTRATIVAS PARTICIPATIVAS DE TRANSFORMACIÓN DE TERRITORIOS PARA LA SALUD, EL BUEN VIVIR Y LA PAZ.

Se realiza desde un enfoque territorial del buen vivir, acompañando, brindando servicio, atención, articulando saberes, prácticas, disciplinas, actores y sectores, aportando a la mejora de las personas y comunidades, sus relaciones en la construcción de la paz estable y duradera.

PASO 1. BOTIQUÍN DE PLANTAS MEDICINALES, Se comparte el botiquin como una manera de sanar el alma y el cuerpo, se socializa la investigación sobre las plantas medicinales en el territorio del Caquetá y se presenta como las personas explican los beneficios y las recomendaciones de uso.

PASO 2. EL HUERTO DE PLANTAS MEDICINALES, se socializan algunos ejemplo como Agua Bonita, se explica lo que se necesita para sembrar, como hacerlo, cuales plantas son las recomendadas, como se pueden utilizar.

PASO 3. CON LA INFORMACIÓN COMPARTIDA, se realiza un listado de las plantas que se conocen y se encuentran en la comunidad, para retomarlo posteriormente.
-Se elabora un concepto de salud, bienestar, que integre lo aprendido .se realizará Trabajo en grupos pequeños, utilizando tarjetas, chinchas, pizarra porta tarjetas.

-Se Procederá a conocer si en las personas participantes hay afectaciones de salud, como estan, escuchar, indagar, mirar a los ojos realizar el listado, identificar alteraciones de salud mental. Se Socializará en grupos, utilizando marcadores, tarjetas. ¿Se clasifican las afectaciones, se establece un porcentaje aproximado, Como se cuidan?

-Se realiza la explicación de porque nos enfermamos, presentación pp. a partir del abordaje de la *otra medicina*, donde las afectaciones emocionales no sanadas, son el detonante de los problemas de salud actual, se explica como las terapias complementarias contribuyen a los procesos de sanación.

-Se explicarán los grupos de afectaciones definidas por el dr Edward Bach. Otra comprensión del significado de las enfermedades, terapia floral.

-Autodiagnóstico. Se entrega la tabla de afectaciones, dr Edward Bach. se establece un aproximado en cual se ubican, socialización voluntaria.

PASO 4. BOTIQUÍN DE PLANTAS MEDICINALES, SANAR EL ALMA Y EL CUERPO.

-Se retomará el listado de plantas medicinales, se comparten los usos, y se propone elaborar armonizador, microdosis, aceite.

-utilizar plantas con olor, dulces: albaca canela, limoncillo, citronela, eucalipto, romero, ruda, menta, pronto alivio, oregano.

-se entrega una lista de chequeo de los materiales que se requieren para elaborar:

-ARMONIZADOR: plantas frescas o secas, cantidad suficiente para litro o galón, alcohol al 70 O 90%. Galón o botella, plástico o vidrio, colador de tela, botella plástica o vidrio limpio para colocar producto.

-Preparación: colocar las plantas limpias, deshojadas en el recipiente, no apretarlas,

-Ir vaciando el alcohol sobre el nivel de las plantas, no sobrepasarlo,

-Llenar hasta un nivel que permita mover las plantas en el alcohol,

-Colocar la preparación realizada en un lugar oscuro, moverla frecuentemente, por un mes.

-Al cumplir el tiempo, se traslada al recipiente limpio, colarlo y ponerlo en recipientes pequeños para su uso.

-Uso: limpia, equilibra espacios personales, colectivos en cualquier lugar,. Limpiador de manos, repelente de insectos.

-ACEITE: un tipo de plantas frescas o secas, cantidad suficiente para cubrir las plantas. litro o galón, aceite mineral. Frasco de vidrio, colador plástico. Frascos de vidrio o plástico pequeños para colocar el aceite.

-Preparación: colocar las plantas limpias, deshojadas en el recipiente, no apretarlas,

-Ir vaciando el aceite mineral, sobre el nivel de las plantas, no sobrepasarlo,

-llenar hasta un nivel que permita mover las plantas en el aceite,

-Colocar la preparación realizada en un lugar oscuro, moverla frecuentemente, por tres meses.

-Al cumplir el tiempo, se traslada a un recipiente limpio, colarlo y ponerlo en recipientes pequeños para su uso.

-Uso: equilibra partes afectados con dolor, inflamación, también se puede usar para masajes, relajar.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

- Preparar a partir de las plantas medicinales un producto que ayude a mi bien estar.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION:

Las personas interesadas puedan tener 10 plantas medicinales al alcance, sembradas en casa. Información que se anexa en la cartilla " Botiquín de plantas medicinales, para sanar el alma y el cuerpo". Uso y preparación

Representante en la Alianza psicosocial Mary Luz Dussan Márquez y Vanesa Giraldo

B.CORPOMANIGUA
CORPORACIÓN MANIGUA, TEJIENDO AMAZONÍA POR LA VIDA

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL
CÍRCULOS DE REFLEXIÓN CON MUJERES

OBJETIVO:

Realizar un círculo de mujeres para el autocuidado y la expresión de emociones

DIRIGIDO A: Mujeres de la comunidad, de un grupo, o una asociación.

Basdo en la metodolodía del Millonesimos círculo de Jean Shinoda Bolen.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: de 1 a 25 personas

MATERIALES: una tela de mándala, pétalos de flores, pelota, o bastón de la palabra.

Tener frutos ecos, aguas, galletas, compartir.

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 4 horas

METODOLOGIA:

Existen círculos de muchos tipos y tamaños: de solo cuatro integrantes que se conocen de siempre y círculos de más de treinta en que las mujeres se ven por primera vez. Pueden celebrarse en una casa particular, un bosque, una cueva, un local.

Los temas tratados en los círculos son muy diversos; hay círculos de percusión, de meditación, de creación de mándalas, de plantar juntas un jardín; círculos en que se habla de sexualidad, de nutrición, del cuidado de una misma, de las diosas de cada mujer, de la muerte... en este caso vamos hacer un círculo de autocuidado o restauración.

PASO 1: Poner en el centro del salón una mandala, con petalos, una pelota o bastón de mando, o un tambor. Invitar a que se sienten en círculo en cojines o sillas, deben estar cómodas y nunca nadie detras de nadie.

PASO 2: Hacer acuerdos para que lo que se hable sea confidencial y no se hable afuera. Hacer acuerdos amorosos y de apertura. Escoger una Guardiana del tiempo.

PASO 3: poner el centro el tema a abordar, en un papel, un dibujo, todas pueden opinar sobre ese tema y se usa el balón, o el baston de la palabra para el turno de la palabra.

PASO 4: Iniciar con una danza antes de conversar, una canción, un juego, un ejercicio corporal, una meditación guiada, una respiración, que centre *aquí y ahora* y permita tener coctacto visual y corporal. Hacer también una dinamica para presentarse, si ya se conocen, una dinamica para saber cómo estan en sus emociones, como llegan al espacio.

PASO 5: Iniciar el circulo de la palabra: Abrir con una reflexión sobre el tema; un cuento, una frase y una pregunta ejemplo: nuestro cuidado, ¿qué me da poder y que me lo quita? ¿Qué acciones ayudan a cuidarme y qué me esta alejando de mi autocuidado, qué estoy necesitando hoy de mi para cuidarme?

PASO: 6: se cierra el circulo con la palabra de todas.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

Generar un ambiente de confianza, de afecto y fortalecer relaciones entre mujeres.

Compartir saberes y relaciones de iguladad.

Que las personas se sientan escuchadas, para reafirmar su participación en la construcción colectiva y generar afectos, emociones y sensaciones que construyen pertenencia y que se convierten en parte de la ruta de la vida de cada una de ellas.

Que las muejres se lleven acciones claves para cuidarse y resturar su cuidado.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION

- Al inicio hacer acuerdos para el uso de la palabra, y la regla de oro: "lo que se hable en el círculo se queda en el círculo"
- Cuando surja una duda o lo necesite, parar y silenciosamente pedir ayuda.
- Hablar y escuchar desde el corazón.
- Abrir y cerrar el círculo escuchando la voz de cada participante.
- Considerarlo un espacio sagrado.
- Ofrecer experiencia en lugar de consejo.
- Escuchar con atención, sin juzgar.
- Hablar desde la propia experiencia y creencias, en vez de hablar desde la de las demás.
- Decidir con las demás mujeres cómo se llevarán a cabo las decisiones.
- Acoger la diversidad de puntos de vista.
- Compartir el liderazgo y los recursos.
- Decidir con las demás mujeres qué se va a mantener como confidencial.
- Trabajar a favor del consenso cuando se necesite.

los representantes de la organización en la Alianza
NUBIA YANET CHACÓN y MARIA FANNY GAVIRIA

9.CORPOMANIGUA
CORPORACIÓN MANIGUA, TEJIENDO AMAZONÍA POR LA VIDA

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL
ALMOHADILLA RELAJANTE HERBAL PARA EL AUTOCUIDADO

OBJETIVO: Elaborar una pinta o almohadilla herbal para relajación en espacios con mujeres

DIRIGIDO A: mujeres de organizaciones, grupos, etc

NÚMERO DE PARTICIPANTES: de 1 a 30 personas

MATERIALES:

Granos de arroz, alpieste, lentejas, cebada, maíz trillado.

5 Hierbas medicinales y aromáticas secas
Esencias varias
Telas cortadas en rectángulo de 16 x 11 cms.
Agujas, hilos, tijeras

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 4 HORAS

METODOLOGIA:

Se llevan las plantas ya secas previamente al sol, las semillas secas y toscadas en recipientes. Se disponen los elementos en el centro del salón, para elaborar almohadillas herbales

PASO 1: La facilitadora pregunta a las personas qué plantas medicinales conocen que sirva para aliviar dolores menstruales, cólicos, que sirvan para relajar y para estimular.

- Luego se pregunta por las propiedades de las semillas y algunas esencias.

-Se examinan las plantas expuestas y se conversa sobre sus nombres y aplicaciones

PASO 2: Se recogen aportes y con ello se introduce el tema del cuidado como rol principal de las mujeres. Mientras se habla del cuidado, se reparten los materiales mencionados y se solicita que en un recipiente se vayan poniendo las plantas secas picadas, se recomienda que las plantas secas se partan con las manos.

- Se van agregando los granos (enteros) como arroz, cebada perlada, ajonjolí, linaza, maíz trillado.

-Cuando está todo picado y revuelto, se le agregan unas gotas de esencias aromáticas: sándalo, canela, lavanda, y se revuelve hasta que todo quede bien mezclado.

-Se invita a las mujeres a que ayuden a revolver y vayan poniendo sus palabras y deseos a esas semillas.

-Luego se pide a todos y todas que extiendan sus manos sobre la mezcla y que intencionen su uso

PASOS 3: Se reparten las telas, agujas e hilo y se pide que cosan las telas de tal manera que solo quede una apertura por la parte más estrecha de la bolsa que se forme y por ella, empiecen a rellenar la almohadita con la mezcla de granos preparada.

-Se invita a coser con la aguja e hilo, se invita a que pongan sus saberes de diversas puntadas.

PASO 4: cómo usarse

-Para cólicos menstruales se pone en baño María a calentar y se usa sobre el vientre.

-También puede ponerse en el microondas y usarse caliente hasta donde más tolere.

Frío: Se pone en una bolsa ziploc en el congelador sin que se vaya a mojar y cuando este bien fría se puede usar en el rostro, para relajar, piernas, cuello.

Siempre va bien sonreír mientras se usa esta almohadilla. Las semillas despiden poco a poco sus aceites naturales y hacen su efecto.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

-Una almohadilla herbal utilizando plantas de la región.

- Mayores saberes sobre semillas, plantas y alternativas para la salud de las mujeres.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION

Que las participantes lleven ropa cómoda

Un salón amplio y tranquilo

los representantes de la organización en la Alianza

NUBIA YANET CHACÓN y MARIA FANNY GAVIRIA

10. ASOPORTALES

ASOCIACIÓN MUNICIPAL DE TRABAJADORAS Y TRABAJADORES,
CAMPELINAS Y CAMPELINOS DE SAN JOSÉ DEL FRAGUA

HERRAMIENTA PARA IDENTIFICAR SITUACIONES DE RIESGO

OBJETIVO:

Identificar riesgos y hacer la herramienta de autoprotección para identificar acciones de cuidado en la comunidad

DIRIGIDO A: integrantes de la comunidad

NÚMERO DE PARTICIPANTES: de 1 a 20 personas, acorde a como definan por cuidado y protección.

MATERIALES: pelota, estudios de caso, formato de recolección de información, lugar ameno, disposición de escucha.

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 2 horas

METODOLOGIA

Esta herramienta es clave para el trabajo de cuidado colectivo de una comunidad.

PASO 1: Convocar a las personas interesadas con las cuales hacer el ejercicio de identificación de riesgos en la comunidad.

-Se hace una dinámica o juego de entrada y se plantea el objetivo.

PASO 2: Se explica a los y las participantes la ecuación del riesgo. Que permite dimensionar la gravedad de la situación.

Amenaza X Vulnerabilidad

Capacidades

Amenazas: Refiere a la posibilidad de que suceda alguna acción que afecte la vida o integridad de las personas o comunidades. Son causadas por agentes externos, no depende de nosotros.

Vulnerabilidad: Son aquellos aspectos personales organizativos, económicos, de contextos, que hacen que las amenazas se lleven a cabo. Hacen referencia a aspectos que pueden generar

hechos de amenazas, ejemplo: ser un líder o liderazgo social, ser mujer, carecer de redes de apoyo, habitar en zonas rurales dispersas.

Capacidades: Esta relacionada con los recursos o potencialidades de los que se dispone para hacer frente a la situación de amenaza, por ejemplo pertenecer a una asociación, tener redes de apoyo, o reconocimiento institucional.

PASO 3: Se hacen dos o tres grupos se invita a las personas a que en una cartelera identifiquen sus amenazas, vulnerabilidades y capacidades. Y esto determinaría la identificación de la situación de riesgo de una persona de la comunidad o de la comunidad. En general. Se presenta en plenaria y se conversa. Ya identificada la situación de riesgo, se documentar.

PASO 4: Se cuenta el contexto de la situación y con este contexto se registra y se hace el análisis

Elementos:

- 1- **Fecha y lugar de los hechos** (registrar fecha y lugar donde se registran los hechos, si es una situación de amenaza que se genera a través de medios electrónicos, mencionar el medio que se usa, ejemplo: redes sociales, correo electrónico...
- 2- **Descripción de los hechos:** detallar los hechos sucedidos, a quienes involucran, de qué manera, mencionar si se tiene información de dicho autor y de las causas de las amenazas
- 3- **Análisis de la situación:** de acuerdo con la información recolectada, es importante documentar que análisis de la situación hizo la asociación o las personas encargadas del acompañamiento. Puede ser una descripción muy general o en detalle, acorde a como se requiera.
El análisis de los hechos, nos permite determinar el riesgo de la situación.
- 4- **Acciones realizadas:** tener presente las acciones que se han realizado frente a las situaciones de riesgo o amenaza que se han identificado, permiten replicar las acciones exitosas cuando se presenten nuevos casos, o fortalecer otro tipo de acciones que no hayan dado los resultados esperados, así como identificar los actores, y sectores que consideramos relevantes frente a cada situación.

Formato para la identificación de situaciones de riesgos

Fecha de los hechos	
Lugar de los hechos	
Descripción de los hechos	
Análisis de la situación	
Acciones realizadas	
Contactos con quienes abordar los hechos	
Fecha y lugar de la documentación	
Responsables de la documentación	

Para ampliar más información sobre riesgos y autoprotección ver Cartilla Fragua de Cuidados, estrategia psicosocial comunitaria, 2022.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

Estudio de caso y experiencia para el abordaje de situaciones.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION:

Establecer con anterioridad el tipo de transporte que se va a usar (transporte público, privado, moto, etc)

-Evitar viajar a altas horas de la noche o a la madrugada, es importante tener en cuenta que para construir una estrategia de autoprotección individual y colectiva se debe cuidar a las personas. Informar a familiares, amigos o personas de confianza el lugar y las actividades que se van hacer por esa persona. Ejemplo: Vamos a florencia a la gobernación.

-Procure hacer uso de transporte de personas conocidas, o empresas conocidas.

-Evite realizar paradas multiples durante sus trayectos, a menos que estos sean muy extensos.

11. ALIANZA PSICOSOCIAL

HERRAMIENTA PSICOSOCIAL ESCALERA DE LA PROVENCIÓN

OBJETIVO: Contribuir a la cohesión grupal y aumentar los niveles de confianza y comunicación.

DIRIGIDO A: Personas que no se conocen, grupos con múltiples conflictos y también con grupos ya cohesionados.

NÚMERO DE PARTICIPANTES: de 10 a 30 personas

MATERIALES:

Vendas, carteles, cinta de enmascarar.

TIEMPO DE IMPLEMENTACIÓN: 2 horas.

METODOLOGIA:

La escalera de provención es una estrategia de educación para la paz que se desarrolla a través del juego, desde un enfoque socioafectivo que pone en el centro de los vínculos el sentir, actuar y pensar.

La provención es una herramienta muy valiosa en la provención de conflictos (ojo no es prevención) y se hace de una forma divertida, con juegos y actividades cooperativas. Utilizando técnicas grupales y trabajando la confianza y el conocimiento mutuo, puede contribuir a la cohesión del grupo y a la creación de un código común de comunicación basado en la empatía y la no violencia.

La provención según la Escuela de cultura de Pau, debe trabajarse de forma gradual, desde los aspectos más superficiales a los más profundos de sí misma y de la relación con las otras personas.

Los niveles que trabaja:

Conocimiento: de sí misma y de las otras personas. Qué es el que tengo en común con la gente que me rodea.

Aprecio: propio (autoestima) y hacia las demás personas (y cómo demostrar el aprecio)

Confianza: propia y hacia las demás personas; se trabaja en paralelo a la propia responsabilidad.

Comunicación: efectiva, diálogo, escucha activa, como evitar las dinámicas destructivas de la comunicación.

Cooperación: de grupo. Los beneficios de los comportamientos no competitivos.

PASO 1: ACERCÁNDONOS

Una cita con: Caminado por el espacio mientras suena la música, se observan y saludan. Cuando se detiene la música harán pareja con alguien que poco hayan tratado y conversarán durante un minuto acerca de algunos aspectos como: ¿mi nombre? ¿De dónde vengo? ¿Quiénes me inspiran? ¿Cuáles son las cualidades que la gente resalta de mí? ¿Qué deseo que pase en la alianza?

PASO 2: CONFIANZA

La botella: se colocan dos personas una en frente de la otra a una distancia suficiente para que una tercera persona pueda situarse en medio y ser balanceada por las otras dos que la reciben y empujan suavemente entre ellas. Conviene que las tres personas tengan un peso y una constitución similar para que puedan manejar de forma segura y cómoda a la persona de en medio. La persona que se pone en medio afloja su cuerpo dejándolo caer hacia delante y atrás en peso muerto, con los ojos cerrados de preferencia, confiando en las otras dos personas.

PASO 3: La burbuja: en equipos se forma un círculo con las participantes tomadas de la mano, al centro va un participante con los ojos vendados quien deberá moverse por el espacio con total libertad, protegido por la burbuja creada por su grupo.

PASO 4: El lazarillo: Se solicita que el grupo se ubique en un punto donde no haya barreras físicas para el desplazamiento (un patio, parqueadero, lugar abierto). Mediante diferentes técnicas de trabajo, se organizan parejas (pueden organizarse de manera arbitraria o de común acuerdo con los/las personas). Cada pareja recibe una venda para los ojos, el cual debe ser utilizado por uno/a de los/las integrantes (invidente), para desplazarse por el espacio con ayuda de su compañero/a (lazarillo/a), quien debe velar por la integridad de su pareja y a la vez facilitar su libre desplazamiento por el espacio.

Se establecen reglas para el acompañamiento de los/las invidentes (contacto físico, uso de lenguaje verbal para el establecimiento de ruta de desplazamiento). Cada determinado tiempo se intercambian los roles, ajustando las reglas para facilitar el movimiento de quien tiene su visión restringida.

Se introduce en el grupo la necesidad de una buena comunicación y para ello, la escucha empática y la proactividad en un colectivo son claves

PASO 4: Reflexión: Una vez terminado cada ejercicio se proponer un dialogo al alrededor de las siguientes preguntas: ¿Qué sintieron al momento de realizar cada ejercicio? ¿Qué facilitó/dificultó el ejercicio? ¿Qué papel tiene la confianza, la comunicación y el reconocimiento del otro/a en el cumplimiento del propósito del ejercicio? ¿Qué conflictos se han presentado entre nosotros y nosotras? ¿Cómo los hemos abordado? ¿Qué emociones han surgido en cada momento?

PASO 5: Conceptualización: La persona que facilita presenta el concepto de provención. La provención es un proceso de intervención que busca dar a las personas estrategias y actitudes replicables y asertivas para poder afrontar situaciones conflictivas antes de su escalonamiento.

La provención no busca prevenir o evitar un conflicto, sino aprender a asumirlo y afrontarlo sin usar la violencia contra otras personas. Este proceso se desarrolla de manera progresiva, desde los aspectos más superficiales llegando a los más complejos. Esto ayuda a crear en el grupo un ambiente de aprecio y confianza, favoreciendo la comunicación entre participantes, la toma de decisiones por consenso y el aprendizaje cooperativo.

Se va visualizando en la pared, tablero o en el suelo, la escalera de la Provencción.

Esta escalera y sus cualidades se escriben en tarjetas o papeles de colores y se van colocando en el piso. Se les da los y las participantes y ellas dicen que va y que no y entre todos y todas van armando la escalera

Escalera de Provencción: Provenir significa proveer a las personas y a los grupos las aptitudes necesarias para afrontar un conflicto. La provencción se diferencia de la prevención de conflictos, en que su objetivo no es evitar el conflicto, sino aprender a como transformarlo.



Calmar- Visualizar

Buscar soluciones

paso 6: Abrazo colectivo: en círculo se propone un abrazo, con los ojos cerrados, se invita a expresar en las emociones y recuerdos que afloraron en la sesión. Una variante posible es en círculo preguntando: ¿De todo lo que se movió en ustedes que rescata para el Proceso de la alianza psicosocial? Decirlo con un gesto y una sólo palabra.

Se invita a las y los demás a escuchar y dar el tiempo para el gesto y que la palabra surja.

PRODUCTO O RESULTADO ESPERADO:

-Personas con herramientas para avanzar en el proceso de provencción y animar sus grupos, espacios.

SUGERENCIAS PARA LA IMPLEMENTACION

Ambiente: Procurar ambiente amplio y sin distracciones para el aprendizaje, no necesitara mucho mobiliario. Puede ser un espacio natural y al aire libre mejor, siempre que sea accesible y que facilite la movilidad de las personas. Procure tener cuidado con la logística, teniendo en cuenta las necesidades de las personas y creando desde el comienzo un ambiente de confianza y reciprocidad.

Stella Maris Bermeo.

REFLEXIÓN

Una vez realizado el trabajo de consolidar la información para la sistematización de las herramientas psicosociales se evidenció que fue una oportunidad muy importante que se les brindó a las organizaciones que hacen parte de la alianza para reconocerse como organización y para validar los servicios y acompañamientos que prestan en el territorio.

Al consolidar la información cada organización se evaluó sobre que procesos de atención psicosocial estaban brindando al territorio y manifestaron que hacía falta mayor organización, soporte teórico y argumentación a las propuestas que estaban ofreciendo.

Se estableció que existe una necesidad de fortalecimiento en términos de planeación estratégica de sus organizaciones, precisión en las metodologías y enfoques.

Se evidenció que a partir de la ejecución de la consultoría fue posible reflexionar frente a las acciones que se están realizando al interior de las organizaciones y que los participantes antes de esta sistematización no eran conscientes de ellas, el aporte fue poder repensar en la importancia de la herramienta que están trabajando y como pueden mejorar la calidad, el diseño y la ejecución de la misma.

El elaborar la sistematización de las herramientas psicosociales les ha generado a los profesionales que asisten a la Alianza, pensar que ellos también requieren de un espacio de auto cuidado, de crecimiento personal, de compartir conocimiento de nuevas metodologías, Intercambio de experiencias, replica de metodologías y saberes. también aprender de las metodologías de las otras organizaciones y mejorar de esta manera su calidad de vida y la salud mental.

Nota: Se anexa la información oficial acerca de cada una de las organizaciones que hacen parte de la alianza psicosocial como material de consulta.

Organizaciones que integran la alianza

LA FUNDACIÓN FUBEMCO

La Fundación FUBEMCO fue creada el 30 de abril de 2019, por iniciativa de 5 profesionales psicólogas, con el fin llegar a comunidades/familias vulnerables asentadas en sectores periféricos y veredales a nivel Nacional para contribuir con la dignidad de vida de las familias víctimas del conflicto armado y en comunidad en general, actualmente hacemos presencia en Florencia Urbano y Rural.

DATOS GENERALES:

NIT. 901279196, Teléfono 3103339220 - 3204613806, Dir. Cra 6 No. 4-40,

Correo: fundacion.fubemco@hotmail.com

Nombre de los representantes de la organización en la Alianza Yineyda Yagüe Gaitán - Angie Lorena Marín Bustamante

La labor que desempeña la organización es la de promover el crecimiento integral de la persona, la familia y la comunidad a partir de la formación, capacitación y producción y productividad para el mejoramiento de sus condiciones de vida.

LINEAS DE ACCION.

Psicosocial

- Formación para la participación ciudadano y comunitaria.
- Prevención de Sustancias psicoactivas.
- Identificación de los diferentes tipos y fases de la violencia.
- Disposición en el manejo de tiempo libre
- Prevención de Embarazos a temprana edad.
- Elaboración y ejecución de Proyecto de Vida personal y familiar.
- Dignificación de la persona y la familia. (formación humana).
- Prevención y promoción de los derechos sexuales y reproductivos

-Seguridad y Soberanía Alimentaria

- Formación y capacitación en aspectos técnicos agropecuarios.
- Producción de hortalizas. (patios productivos y huertas convencionales), mediante diferentes estrategias adaptadas al medio y el buen manejo y conservación de los recursos naturales. Aprovechamiento de recursos propios (semillas criollas, materiales reciclables, aprovechamiento de los espacios y residuos caseros como abono orgánico).

-Producción y consumo de alimentos sanos.

-Generar conciencia en el consumo de alimentos sanos, mediante dietas balanceadas.

-Conocimiento y manejo apropiado de los suelos que tenemos.

-Ventas de excedentes de la producción obtenida.

-Transformación de alimentos. (valor agregado al producto).

-Producción y Productividad

-Manualidades y artesanías.

-Articulación en la venta de excedentes (producción y venta de productos del campo).

-Capacitación técnica (mercadeo, manualidades, manipulación de alimentos y emprendimiento).

-Mercados e intercambios campesino de productos agropecuarios y subproductos.

-Planeación y ejecución de actividades orientadas a la generación de ingresos.

-Apoyar a las familias destinatarias con iniciativas propias de producción para generar ingresos.

La fundación desde el trabajo psicosocial, promueve el desarrollo integral de la persona, la familia y la comunidad para el mejoramiento de sus condiciones de vida, mediante el acompañamiento humano y socio económico de las mismas, a través de procesos de formación en valores humanos, producción sostenible, organización comunitaria, apoyo a iniciativas de emprendimientos familiar para la generación de ingresos.

MISION: Nuestra misión fundamental es promover el crecimiento integral de la comunidad a través de la sensibilización, formación, capacitación, producción, productividad y gestionar recursos para la ejecución de proyectos.

VISION: Queremos ser una Fundación reconocida a nivel nacional e internacional, generando un desarrollo integral para el mejoramiento de condiciones de vida digna.

VALORES O PRINCIPIOS:

rescatar y fomentar los valores en la población objeto

nuestro accionar se fundamenta en la participación y organización comunitaria

para el desarrollo de nuestras actividades la actividad principal es el núcleo familiar

En la toma de decisiones de los asociados siempre se tendrá como principio los acuerdos concertados y la democracia.

La formación y capacitación siempre será un requisito en el desarrollo de los proyectos a ejecutar

Para nosotros la confiabilidad de la información suministrada se basa en la ética profesional

El manejo de los recursos externos e internos se realiza de manera transparente dándole un uso adecuado

El actuar de la fundación se rige en la dignificación de la persona.

El enfoque psicosocial se fundamenta desde las apuestas de la psicología social comunitaria la cual pretende el progreso de los individuos en un contexto social y en las relaciones entre:

individuo-grupo, social-ambiente. se tiene en cuenta además las premisas de atención diferencial para la atención a la población víctima como son el no re victimizar, el valor del sufrimiento, el dolor debe tener espacios de expresión, representación y recuperación, el sufrimiento no es mayor o menor en cada persona, todas las personas podemos hacer algo frente al sufrimiento de los otros.

EMPRESA DARR

DARR SALUD MENTAL Y BIENESTAR

La empresa DARR fue creada hace 4 años (2020), se creó en los tiempos de pandemia cuando se requirió el acompañamiento psicosocial individual y los talleres grupales para mejorar la salud mental y el bienestar emocional, físico y mental de las personas.

Datos generales:

NIT, teléfono, dirección y correo NIT. 901279196, Teléfono 3138291255

Dir. Ubicación: Medellín, Antioquia Calle 33a#71a-

[CORREO: darrsaludmentalybienestar@gmail.com](mailto:darrsaludmentalybienestar@gmail.com)

La labor que la empresa desarrolla en el territorio es a nivel virtual y presencial, creada para abordar el ser desde un enfoque integral desde la psicología positiva y las terapias alternativas, brinda Acompañamiento psicosocial, terapia individual, atención grupal mediante talleres de crecimiento personal y salud mental y bienestar, talleres de meditación, sesiones de Reiki y terapias energéticas

Nombre de los representantes de la organización en la Alianza: Danna Marcela Restrepo Ramírez y Adriangela Elisa Ramírez

El trabajo psicosocial que brinda la empresa es de acompañamiento psicosocial, terapias individuales y grupales, talleres de crecimiento personal, terapias alternativas.

El enfoque psicosocial de DARR está basado en la psicología positiva el cual busca brindar una alternativa de bienestar psicológico teniendo en cuenta las áreas de desarrollo del ser humano, el contexto en el cual se desempeña, su origen, su historia personal, concentra sus esfuerzos en potenciar aquellas dinámicas psicológicas sanas que ya están presentes en el individuo y en el fortalecimiento de las técnicas de recuperación del equilibrio, la armonía y la paz interior, generar consciencia y transformaciones en las personas para favorecer su salud mental, el bienestar, la calidad de vida y el disfrute pleno de la misma, se concibe de relevancia los valores de la integridad, el compromiso, la flexibilidad y la creatividad, algunas de las técnicas utilizadas son la relajación, meditación, visualizaciones, entrenamiento en atribuciones causales, auto reforzamiento, rebatir pensamientos negativos sistemáticos, terapia clínica y organizacional.

MISIÓN:

Abordar el ser, a través de herramientas psicológicas y de terapias alternativas para generar consciencia y transformaciones en las personas para favorecer su salud mental, bienestar, calidad de vida y el disfrute pleno de la vida

VISIÓN

En el 2025 será una empresa reconocida a nivel nacional e internacional en el abordaje del ser a través de herramientas psicológicas y de terapias alternativas que generen impacto en la vida de las personas, así como también será una empresa que establece alianzas y servicios.

OBJETIVO

Transformar al ser desde un abordaje integral.

VALORES DE LA EMPRESA -Integridad: Actuar en consecuencia de lo que se dice y se considera importante.

Compromiso: cumplir con la responsabilidad de entregar siempre lo mejor y a la vanguardia en cada servicio de acompañamiento al ser .

Creatividad: Generar nuevas estrategias y herramientas que generen soluciones originales en la salud mental y el bienestar

Flexibilidad: Ajustarse a las nuevas tendencias y cambios necesarios para tener una buena salud mental.

La participación en la alianza facilitó conocer otras entidades y organizaciones con propuestas muy interesantes para el abordaje del ser humano, adquirir nuevos conocimientos, fortalecer procesos internos de la empresa, aportar a las otras organizaciones el enfoque y los servicios que se prestan.

ASOCIACIÓN DE FAMILIARES Y VÍCTIMAS DE DESAPARICIÓN FORZADA EN EL CAQUETA

La Asociación de Familiares y Víctimas de Desaparición Forzada en el Caquetá, es una Organización de Víctimas y entidad civil sin ánimo de lucro, creada en el 2016 y constituida legalmente en el año 2018, con amplio trabajo psicosocial transdisciplinario en el territorio, enfocado en la desaparición forzada.

De esta manera, desde el Semillero de investigación y proyección social "Tejidos de Paz" del programa de Psicología de la Universidad de la Amazonia, se elabora un primer proyecto denominado "La paradoja de la esperanza, en la elaboración de duelos de víctimas de desaparición forzada en el Caquetá" desde el abordaje psicosocial, integrando disciplinas como la pedagogía, la psicología y la comunicación.

Este proyecto tuvo el objetivo de encontrar una serie de familias rurales que padecían la desaparición forzada de algún ser querido y conversar en torno a sus estrategias de afrontamiento e impacto en sus vidas. De esta manera, respetando sus vivencias, historias y recuerdos, se logró reconstruir la memoria histórica en el territorio con las familias.

A partir de lo anterior, surgió FAVIDESC, desde el trabajo mancomunado con las familias víctimas en el territorio del Caquetá, lo cual permitió la construcción de confianza y la construcción de la memoria mediante la palabra, así desde la intimidad de sus hogares donde se conserva de manera intacta el recuerdo de sus seres queridos.

En este sentido, FAVIDESC reúne familiares de personas dadas por desaparecidas en el Caquetá, profesionales, campesinos, estudiantes; sentida desde la necesidad personal, profesional y humana de hacer visible la problemática de la desaparición forzada en el departamento desde el acto de recordar pero también de construir nociones de futuro, proyectos de vida, empoderamiento que facilite la organización y la incidencia en los procesos de búsqueda, de verdad, justicia y no repetición para documentar y sistematizar junto a cada familia y comunidad afectada.

Datos de contacto : NIT 9011944139 telefono: Laura Camila Romero Saenz, Jhon Sebastián Gómez Valencia
favidesc@gmail.com Cra 31 N°34 a15 Barrio La Ciudadela

Desde la emoción, las experiencias y los saberes, FAVIDESC realiza trabajo psicosocial entendiendo esto como proceso que se ajusta a momentos y contextos particulares, que se debe realizar junto a los familiares y dolientes, a partir de la escucha atenta y empática; reconociendo que no sólo se trata víctimas sino también de sobrevivientes, no sólo sujetos de derecho, sino también de sujetos políticos con la capacidad de organizarse para transitar hacia el camino de la verdad, la justicia, la construcción de una memoria personal, íntima y a su vez colectiva, comunitaria y transformadora.

Los representantes ante la Alianza son Jhon Sebastián Gómez Valencia - Cristian Camilo Oviedo Arrigui (3222383842) - Gisela Valbuena Tovar (3185691741)

Para FAVIDESC, el acompañamiento psicosocial se realiza a familiares víctimas de desaparición forzada en el departamento del Caquetá, de esta manera se busca comprender los comportamientos, respuestas y particularidades de aquellas personas cuyos Derechos Humanos fueron violentados de manera individual o colectiva, en el marco del conflicto armado. Así mismo, busca reconocer los múltiples contextos sociales, culturales y políticos como ámbitos en los que se construye y reconstruye la identidad para aminorar los daños emocionales desde lo experiencial y explicativo.

MISIÓN: Promover la memoria, el empoderamiento y la organización, por el derecho a la verdad, la justicia y la no repetición, recuperando la dignidad de las familias y comunidades afectadas por la desaparición forzada y los hechos victimizantes asociados ocurridos en Caquetá.

VISION: FAVIDESC para el año 2030 será reconocida por la recuperación de la dignidad de las familias desde el empoderamiento y cuidado de la salud mental. Así mismo, se posicionará como referente de trabajo psicosocial en comunidades del Caquetá, a partir de la participación activa en escenarios sociales y culturales en el contexto local y nacional.

PRINCIPIOS:

-Autoconfianza: Confianza en las capacidades personales y organizativas para actuar de manera proactiva en los diferentes procesos y escenarios de participación.

-Integridad: Actuar de manera honesta y leal dentro de la asociación y en la interacción con los familiares.

-Servicio: Voluntad de servicio para acompañar a las familias asociadas en el proceso de acompañamiento psicosocial para el fortalecimiento de la salud mental, la construcción de memoria histórica y la reclamación de derechos.

-Justicia: Las acciones se orientan desde el actuar con verdad y la igualdad, de esta manera se logra establecer criterios para el relacionamiento con personas e instituciones y así generar acciones reguladas en su interacción.

El enfoque psicosocial de FAVIDESC se fundamenta desde los constructos de la psicología social, comprendido de esta manera lo "psicosocial" como una interdependencia entre lo social y lo psicológico, teniendo en cuenta que lo social implica las interacciones del ser humano en cada uno de los ámbitos de socialización y lo psicológico comprende los recursos internos de cada una de las personas; motivación al logro, inteligencia, proyecto de vida, entre otros. Unos de los componentes que se aborda dentro de la organización es el de salud mental, de esta manera se busca aminorar los daños emocionales producidos por las violaciones a los derechos humanos, entendiendo que el entorno de las personas fue alterado de manera abrupta por el conflicto armado, lo cual, aumenta la vulnerabilidad de la dignidad humana.

De esta manera, el enfoque psicosocial es una forma de comprender la integralidad de las personas reconociendo sus comportamientos, respuestas y significados frente a la violencia sociopolítica que han sido víctima tanto a nivel individual como colectivo, así como reconocer los múltiples contextos sociales, culturales y políticos como ámbitos en los que se construye y deconstruye la identidad y el mundo emocional, experiencial y explicativo para llevar a cabo procesos de construcción de narrativas y mapas de ausencia en aras de la reconstrucción de la memoria histórica, la identificación de capacidades y fortalezas, y la exigibilidad de derechos a partir de la orientación a rutas de oferta institucional que permita la reparación y la búsqueda, sea esta de naturaleza humanitaria y/o judicial.

Se hace necesario entonces, integrar un conjunto de enfoques que se interrelaciona con las acciones desarrolladas que permite planificar y ejecutar estas dentro de una mirada holística de intervención. Estos enfoques son descritos a continuación:

Enfoque territorial: FAVIDESC entiende este enfoque de manera holística a partir de la configuración de elementos claves de las comunidades y la territorialidad (especialmente

rural) donde se encuentran, cuyos elementos económicos y sociales establecen un marco de relacionamiento y comprensión de los actores sociales desde componentes históricos y culturales que se han visto afectados principalmente por las condiciones del conflicto armado y que han limitado considerablemente el nivel de desarrollo y estilo de vida de sus habitantes de manera particular.

Enfoque diferencial: Desde FAVIDESC se busca el reconocimiento de la diversidad desde concepciones étnicas, de género, territoriales, políticas, religiosas, entre otras, y las múltiples condiciones y formas de vulnerabilidad presentadas en la sociedad y especialmente en el Caquetá, se reconoce que toda aquella persona desde su identidad, pueda exigir la garantía integral de sus derechos y el reconocimiento de las situaciones particulares o colectivas de desigualdad, vulnerabilidad, discriminación o exclusión que se encuentran amparados por la justicia y que cuentan con especial protección constitucional.

Enfoque de derechos: Para FAVIDESC este enfoque permite comprender la igualdad de las personas y el respeto por su dignidad. Esto significa que todas las personas, independientemente de su cultura, de su pertenencia étnica, de su pasado, etc, tienen derecho a tener una vida libre de violencia y al ejercicio pleno de sus derechos.

Enfoque de género: FAVIDESC tiene en cuenta lo que plantea el Consejo Económico de las Naciones Unidas (1997) el cual da a conocer que este enfoque, es un proceso que permite implementar, hacerle seguimiento y evaluar el impacto de las acciones planificadas, incluidas leyes, políticas o programas, en todos los sectores y en todos los niveles, buscando que las preocupaciones y experiencias se dé de manera integral, logrando la igualdad entre los mismos.

De igual manera, para la comunidad LGBTI se deben orientar acciones dignificantes partiendo del proceso de comprensión de las construcciones de carácter cultural que representan la realidad social de esta comunidad y de los impactos que sufrieron en el marco del conflicto armado.

Enfoque de acción sin daño: FAVIDESC comprende el impacto que puede ejercer tanto actores estatales, no gubernamentales, agencias de cooperación u organizaciones o cualquier intervención externa dentro de un escenario individual, social y/o comunitario y que este represente una acción no intencionada de hacer daño, por lo tanto se requiere que estos actores externos y sus profesionales lleven a cabo una reflexión sistemática de su praxis, del relacionamiento con sus contrapartes y de aquellos conflictos internos que puedan surgir en la ejecución de las acciones de intervención.

ASOCIACIÓN SOBREVIVIENTES TEJIENDO MEMORIA

La organización inició en el 2017 con ocho mujeres que decidieron organizarse para defender sus derechos como víctimas de violencia sexual.

Datos de contacto

Trasversal 5 .B#.11.52 barrio comuneros tel3138105903
marquinbanol@outlook.es

La asociación hace acompañamiento a mujeres víctimas de violencia sexual y desaparición forzada en el marco del conflicto armado gestionando 1) procesos de memoria y verdad, 2) de sanación colectiva a través del arte, las plantas medicinales y el mandala y 3) de defensa de sus derechos dentro de los mecanismos de la justicia transicional.

Los representantes de la organización en la Alianza son María Argensola Quintero Bañol y Yenny Tatiana Grisalez.

La asociación desarrolla estrategias de sanación colectiva a través del arte, las plantas medicinales y el mándala y orienta a las víctimas sobre herramientas de atención psicosocial dispuestas para ellas en el Sistema Nacional de Atención y Reparación Integral a las Víctimas.

MISIÓN:

La asociación sobreviviente tejiendo memoria busca fortalecer la autonomía de las mujeres que han sido víctimas del conflicto armado a través de procesos de sanación colectiva, pedagogía sobre sus derechos y representación en instancias de tomas de decisiones.

VISIÓN:

Para el 2033, esta asociación espera consolidar su participación en espacios de representación de víctimas, avanzar significativamente en los procesos de reparación integral de todas sus integrantes y ser un referente de estrategias comunitarias para la sanación y la reconciliación.

VALORES O PRINCIPIOS:

Sororidad, respeto, Justicia, compromiso y Empatía.

El trabajo de la organización sobrevivientes tejiendo memoria se inspira en un enfoque comunitario que parte de las herramientas que las propias mujeres han desarrollado para sanar las heridas de la guerra, construir memoria y luchar por sus derechos. Transformamos nuestras habilidades para tejer, bordar, contar historias y sanar con plantas en estrategias de acompañamiento mutuo para transitar el sufrimiento y construir reconciliación.

RED SALUDPAZ.

La Red SaludPaz, se conformó en marzo del 2017, en el marco de la implementación del "acuerdo final para la terminación del conflicto y la construcción de una paz estable y duradera", entre el gobierno nacional y las FARC-EP. En mayo de 2017 rectores y delegados de 13 universidades públicas y privadas, 3 Organizaciones Internacionales, 3 Organizaciones Nacionales, 7 organizaciones locales. formalizaron la creación de la red Saludpaz.

Somos una red de universidades y organizaciones sociales conformada a partir de marzo de 2017, como una apuesta colectiva, participativa, que a través de un espacio de diálogo de saberes construimos propuestas de investigación acción y queremos consolidarnos como referente teórico, organizativo y político para incidir en el ejercicio de la democracia y en las dinámicas orientadas a la construcción del *buen vivir*, mediante la interconexión con diversos sectores de la sociedad, la academia y las comunidades que integran los territorios de paz, liderando iniciativas nacionales e internacionales.

Las organizaciones que motivaron la conformación de la red, doctorado Inter facultades en salud pública de la Universidad Nacional, la organización internacional Médicos del Mundo Francia, en coordinación con la oficina de Paz de la Universidad de la Amazonia, convocaron a organizaciones sociales, campesinos e indígenas, para construir el *plan de salud rural*, Territorio Caquetá, con un modelo de atención integral en salud rural, presentado al Ministerio de Salud en el 2019.

En el 2019 se realizó la semana Itinerante de la Salud Rural como estrategia de visibilización de la importancia de la salud rural con participación de: 5 universidades (Javeriana, Nacional, La Salle, Amazonía, Del Valle, Pedagógica y Tecnológica de Colombia, Del Cauca, U. de Connecticut), 1 Comunidad indígena (Embera - Caquetá), 3 ONG (Salud al Derecho, Convergencia Social y Solidaria por la Paz, Cruz Roja Colombiana), 1 empresa privada (Ensamble - Arquitectura integral) y la Comisión VII del Senado.

Durante los primeros cuatro años, la Red SaludPaz ha concretado diversos espacios de encuentro alrededor de cuatro ejes temáticos que sirven de rutas para la observación y seguimiento de la dinámica territorial, en especial en aquellos municipios donde la implementación de los Acuerdos de Paz tiene lugar: i) Experiencias demostrativas participativas de transformación de territorios para la salud, el buen vivir y la paz; ii) Debate público e incidencia política en salud y paz; iii) Formación para la ruralidad y la paz; iv) Comunicación multimodal para la salud y la paz.

Esta rutas son espacios de encuentro que han proyectado a la Red SaludPaz en diversos territorios, permitiendo consolidar acciones de intercambio entre veinte (20) instituciones académicas y veinticuatro (24) organizaciones formales e informales que se han articulado en diversos momentos y con alcances diversos, durante el periodo transcurrido 2016-2021.

La realidad de la prestación de servicios de salud en el país es compleja y limitada; las comunidades dispersas y alejadas de los centros urbanos y en especial las comunidades rurales carecen de acceso oportuno y de calidad para la atención de la enfermedad. Frente a esta circunstancia la Red SaludPaz participa en diferentes escenarios para visibilizar y sensibilizar por la transformación del sistema existente ¿qué tipo de cambio es requerido?, una parte de las respuestas se puede encontrar en la conceptualización teórica y normativa que soporta el sistema vigente, y otros aspectos provienen del conocimiento práctico de qué funciona y por qué. Este conocimiento, pertenece a las comunidades que conviven en zonas rurales y saben resolver sus problemas. Escuchar sus experiencias e identificar el potencial local y sus posibilidades hace más fácil el proceso de diseño y planificación de soluciones perdurables. Las comunidades representan un conjunto de ciudadanías capaces de imaginar y probar formas de resolver problemas.

En este proceso de comprensión y reconocimiento, la Red SaludPaz, ha puesto en marcha una serie de iniciativas para aproximarse e identificar en los contextos locales aspectos que pueden demostrar a los tomadores de decisión oportunidades, estructuras, organizaciones y formas de hacer que se requieren para dotar a la sociedad de un sector salud más equitativo y activo.

A nivel del territorio, en Florencia, se encuentra integrada en la Alianza psicosocial, la Red SaludPaz, con Mary Luz Dussan Márquez y Vanesa Giraldo

OBJETIVO

Propuesta centrada en realizar Experiencias demostrativas participativas de transformación de territorios para la salud, el buen vivir y la paz; para formular iniciativas orientadas a la implementación del punto 1.3 del Acuerdo Final, denominado Planes Nacionales para la Reforma Rural Integral, articuladas a la formulación de los Programas de Desarrollo con Enfoque Territorial (PDET) definidos en el Decreto 893 de 2017 del Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural (MADR).

El enfoque psicosocial está relacionado con el eje temático I, *Experiencias demostrativas participativas de transformación de territorios para la salud, el buen vivir y la paz*. Realizando acompañamiento a mujeres víctimas de violencia sexual, jóvenes vulnerables, y atención individual por demanda. Desde un enfoque territorial del buen vivir, interdependencia de derechos, sustentabilidad ambiental, soberanía alimentaria, flexibilidad pedagógica y participación social vinculante, articulando saberes, prácticas, disciplinas, actores y sectores, aportando a la transformación estructural del campo y sus relaciones con el ámbito urbano, para una paz estable y duradera.

El enfoque operativo territorial caqueta se relaciona a las Experiencias demostrativas participativas de transformación de territorios para la salud, el buen vivir y la paz;

1. Acompañamiento psicosocial a la población víctima de violencia sexual, jóvenes y otros grupos poblacionales

2. Investigación cualitativa en plantas medicinales, su uso aplicación y transformación.

ii) Debate público e incidencia política en salud y paz;

1. Apoyo a la formulación de diagnósticos y políticas públicas de salud mental.

2. Facilitación en el proceso participativo de la reformulación del plan de salud rural

La relación salud-paz es indivisible y la coexistencia dentro de esta relación es un propósito común para superar las diferencias y enfocarse en la acción que permite elevar las necesidades colectivas para el disfrute pleno de la vida en sociedad, a partir de la identidad, organización, saberes, haberes y modo de ser en colectivo y en interrelación con los ecosistemas. En las posibilidades de interrelación humana se consolidan los escenarios democráticos que favorece el diálogo y hace posible la integración del interés propio y colectivo; al entender la unidad recíproca que son la salud y la paz, no solo se implican las necesidades de la especie humana también nos insertamos en la vida del territorio que se habita y con quien se comparte todas las dimensiones de la existencia.

En esta dirección, la Red SaludPaz se orienta a construir iniciativas con las comunidades para evitar imponer visiones o interpretaciones erradas o inoportunas para su existencia. La Red apuesta por procesos de acompañamiento que siempre están orientados a favorecer que las comunidades puedan ser ellas mismas en interacción con sus circunstancias o realidad, y donde conserven las posibilidades plenas de la decisión. La Red es un apoyo para fortalecer sus capacidades de comprensión y acción donde siempre es posible desplegar su autonomía.

CORPOMANIGUA

CORPORACIÓN MANIGUA, TEJIENDO AMAZONÍA POR LA VIDA

CORPOMANIGUA surge a finales del año 2006, como consecuencia de la reflexión de un equipo integrado por personas que venían trabajando en el departamento del Caquetá con Diakonie Alemana (Diakonie Katastrophenhilfe), una AGENCIA DE COOPERACIÓN alemana de apoyo en emergencias.

La Corporación se crea para dar respuesta a tres problemáticas de gran impacto en el territorio: inseguridad alimentaria, violencias padecidas por las mujeres y vinculación y reclutamiento de niños, niñas y jóvenes al conflicto armado. Desde su conformación, ha trabajado con comunidades en situación de vulnerabilidad, procurando la recuperación psicosocial de las mismas, con una mirada especial sobre la equidad de género, por lo cual, en el desarrollo de sus acciones ha buscado integrar de manera transversal los enfoques de derechos, de género, diferencial y étnico y la gestión comunitaria del riesgo.

Desde 2006 a la fecha la Corporación ha implementado 44 proyectos y ha acompañado cerca de cincuenta mil personas, de las cuales el 69% son mujeres

(niñas, jóvenes y mujeres adultas) y el 31% hombres (niños, adolescentes y hombres adultos), priorizando acciones con grupos de población en condiciones de vulnerabilidad, que han sido afectados de manera directa o indirecta por el conflicto armado o se encuentran asentados en zonas de recepción de población desplazada, zonas sitiadas o en riesgo de ser afectadas por la confrontación armada o por desastres naturales (niñas, niños, jóvenes, mujeres y familias de comunidades indígenas y colonos).

Los datos de contacto son NIT: 900.128.105-0, Carrera 13 No. 8A-61, Web: www.corpomanigua.org, Tel.: Móvil de la dirección ejecutiva 3108635330, Correo n.chacona@corpomanigua.org

la labor que desempeña CORPOMANIGUA es la de Acompaña procesos comunitarios de formación, participación, acción e incidencia, hacia la seguridad y soberanía alimentaria, la producción agroecológica de alimentos y el empoderamiento de derechos con enfoque integral de género, paz, memoria histórica, y psicosocial

La representante legal es Nubia Yaneth Chacón los representantes de la organización en la Alianza son Nubia Yaneth Chacón y María Fanny Gaviria

MISION:

Somos una organización que cultiva el cuidado de la vida digna, el ejercicio de los derechos, la equidad de género y la construcción de una cultura de paz duradera para el desarrollo del territorio amazónico

VISIÓN:

En el 2025 Corpomanigua es reconocida por su incidencia en el desarrollo territorial desde el fortalecimiento de redes solidarias, la promoción de los derechos, la equidad de género y la autonomía alimentaria.

VALORES Y PRINCIPIOS:

CORPOMANIGUA se caracteriza por ser una organización que propende por el establecimiento de relaciones horizontales y equitativas, el respeto de la dignidad humana y el reconocimiento de todas las personas como sujetas de derecho. Para el desarrollo de sus acciones CORPOMANIGUA se rige y orienta por los siguientes principios y valores, los cuales constituyen un compromiso ético para quienes hacen parte de la organización:

PRINCIPIOS

Dignidad Humana: CORPOMANIGUA parte del reconocimiento del valor de cada ser humano, trabaja por el bienestar y el buen vivir de las personas desde la ética, el reconocimiento de la diversidad, el respeto por las diferencias y la promoción de los derechos humanos.

Igualdad. La Corporación reconoce que todas las personas tienen los mismos derechos, libertades y oportunidades sin discriminación alguna por razones de sexo, raza, edad, religión, opinión política o filosófica y busca contribuir al logro de la igualdad real y efectiva y la

garantía de derechos de los grupos sociales discriminados y en condiciones de mayor vulnerabilidad.

Justicia social. CORPOMANIGUA impulsa la promoción de las capacidades de las personas, sus responsabilidades, el acceso a las oportunidades y el goce de las libertades y derechos.

Autonomía. La organización actúa con independencia, define sus compromisos con libertad sobre la base de sus principios y valores, según sus capacidades y misionalidad. Todas las acciones y/o relaciones propenden por considerar a todas las personas como sujetos de su propio desarrollo, generadores de recursos, propuestas y decisiones, reconociendo la capacidad de auto-reconocimiento y autogestión.

VALORES

Respeto. Las acciones de la Corporación se basan en el reconocimiento de derechos y deberes, consideración por el otro y la otra, cuidado y protección del planeta.

Equidad: CORPOMANIGUA establece relaciones horizontales y equitativas a partir del respeto y reconocimiento de la dignidad humana, de la distribución equitativa de las responsabilidades y la construcción y respeto a los acuerdos colectivos.

Solidaridad. La acción institucional promueve la reciprocidad, apoyo mutuo, cooperación y ayuda entre las personas.

Transparencia. La Corporación propende porque en el desarrollo de todas sus acciones sean claros los objetivos que persigue y estos sean conocidos por todos los actores y actoras involucrados.

Responsabilidad. La acción institucional se encamina hacia el cumplimiento de los compromisos adquiridos, actuando siempre con rectitud en el quehacer cotidiano.

Cooperación. En CORPOMANIGUA las relaciones están basadas en la construcción de acuerdos para la ayuda mutua y el trabajo en equipo a fin de alcanzar los objetivos de la organización, reconociendo los saberes y habilidades individuales y colectivas.

Calidad. La Corporación propende porque los bienes y servicios ofrecidos y las acciones emprendidas se ajusten a las necesidades, demandas y expectativas de las personas a quienes están dirigidos y contribuyan al desarrollo de sus capacidades y la generación de bienestar individual y colectivo.

El enfoque psicosocial de la organización, no se ha sistematizado aún, nuestro trabajo psicosocial y aunque así lo llamamos, acompañamiento psicosocial, no lo hemos sustentado en alguna corriente de pensamiento desde la psicología, ni nos hemos aproximado a un concepto común. Sin embargo, cuando abordamos la implementación de un proyecto, cualquiera que este sea, consideramos que debe partir:

1. De la historia de vida de cada persona
2. De los conocimientos y saberes adquiridos durante la vida de cada persona a partir de los contextos sociales en que ha construido sus imaginarios, ideas, pautas y

comportamientos que se evidencian en sus relacionamientos familiares, vecinales y comunitarios

3. De las rutas y territorios por donde ha transitado
4. De lo que ha dejado, de lo que ha perdido, de lo que ha encontrado, de lo que está dispuesta a realizar para cambiar, transformar o afirmar para estar mejor, tanto a nivel personal como a nivel de sus relacionamientos cercanos y lejanos.

Estos procesos los abordamos desde CIRCULOS DE REFLEXIÓN, con mujeres, con niños/niñas y adolescentes, con jóvenes, con hombres, con familias. Se refieren a espacios de encuentro en donde convergen personas interesadas en algún proceso de formación y de acción y en el cual, a partir de acuerdos iniciales sobre temáticas específicas, se reflexiona sobre cómo estos temas se han manifestado en la vida de cada uno y cada una, impactando maneras de relacionarse, de actuar, de ser, de tener, de pensar.

Nos basamos, principalmente, en el marco de referencia de la educación popular planteado por Paulo Freire, quien propone la construcción de conocimientos a partir del saber y la experiencia de vida de los y las participantes en espacios de interés común. Esta metodología implementada por la corporación Manigua durante varios años, permite un tránsito de las participantes desde su historia de vida hacia la incidencia y la ocupación de espacios en escenarios más amplios en donde se toman decisiones que las afectan o se hace seguimiento a proyectos que desarrollan políticas específicas. Sus relatos que la mayoría de las veces están marcados por hechos victimizantes generados por el conflicto o vida cotidiana del hogar, son el punto de partida para generar diálogos entre las y los participantes y desde ellos empezar a descubrir nuevos caminos para su participación en escenarios de decisión que afectan sus vidas.

Asociación Municipal de Trabajadoras y Trabajadores, Campesinas y Campesinos de San José del Fragua (ASOPORTALES)

Se creó en el 2016, hace presencia oficialmente, en el territorio hace 8 años

Los datos de contacto son :901.010.624-7 / 3105083871 / Corregimiento Yurayaco (San José del Fragua) / proyectomemoriaportales@gmail.com / portalesdelfragua@gmail.com

El objeto de la asociación es el de mejorar y restablecer condiciones dignas de vida para los afiliados a nuestra asociación aunando esfuerzos y recursos para el bienestar integral, facilitando la realización de todas las actividades, junto a otras organizaciones sociales e instancias gubernamentales, municipales, departamentales, nacionales e internacionales acorde a la constitución y la ley.

El representante de la organización ante la Alianza es Edusmildo Ríos (presidente ASOPORTALES)

MISION: Hacia el año 2016 nos constituimos formalmente como Asociación Municipal de Trabajadores y Trabajadoras, Campesinos y Campesinas de San José del Fragua - ASOPORTALES-en un contexto de esperanza y entusiasmo por querer aportar a las pedagogías y construcción de paz en nuestro territorio, informando a las comunidades sobre la importancia de cada uno de los 6 puntos que componen el Acuerdo Final de Paz entre el Estado colombiano y las FARC EP.

VISIÓN: Ser una Asociación que, además de defender derechos, procure por el cuidado de nuestras

comunidades dados determinados hechos, factores y contextos relacionales que inciden sobre las vidas generando afectaciones de manera silenciosa a la salud mental y física.

VALORES Y PRINCIPIOS: Trabajo comunitario, defensa del territorio, asociacionismo y cooperativismo, compañerismo, respeto, responsabilidad, trabajo colectivo, defensa de la ruralidad.

El enfoque psicosocial es el de Generar herramientas comunitarias para abordar y acompañar los impactos psicológicos que acarrea cualquier situación crítica o contexto de riesgo que estremezca la vida en nuestras comunidades, porque hay que reconocer que no todas y todos contamos con las mismas formas de asimilar y reaccionar ante estos hechos.

Capítulo 2

Buenas práctica Alianza Psicosocial del Caquetá



En un tiempo para la paz, las organizaciones que por años trabajamos solas, decidimos confiar y juntarnos para encontrarnos, reconocernos, celebrar el camino andado y decidimos crear juntos y juntas. Eso es una Buena práctica. Este es un relato a muchas voces.

1. Datos generales

Nombre de la buena práctica	Laboratorio de prácticas psicosociales
Proceso(s) al(los) que está vinculada la buena práctica <i>Ver mapa de procesos</i>	Buenas prácticas Programa Propaz II
Institución responsable de la buena práctica <i>Contraparte principal involucrada</i>	FUBENCO (Fundación para el Bienestar y Empoderamiento Comunitario), FAVIDESC, CORPOMANIGUA, Red salud Paz, Proyecto desde Abajo, ASOPORTARLES, Pastoral Social. DARR, Oficina de Paz de la Universidad de la amazonia; Sobrevivientes Tejinedo Memoria, representante de la Mesa de Víctimas de Florencia. Secretarías de salud: Refrentes de salud mental.
Región donde se implementó la buena práctica <i>Puede ser en el nivel central</i>	Caquetá Colombia
Período de ejecución la buena práctica <i>Año inicio – año terminación / en curso</i>	Febrero de 2021 a Marzo de 2022
Autoras/es de la documentación <i>Nombres, apellidos, cargo, entidad</i>	Adriangela Elisa Ramirez Medina y Stella Maris Bermeo
Fecha de la documentación de la buena práctica <i>Mes y año</i>	Mayo de 2023

2. La buena práctica en breve



Esta Práctica se trató de documentar un diálogo abierto, generosos en conocimiento y relevar los conocimientos de personas de organizaciones sociales que trabajan en asuntos de apoyo psicosocial y que no necesariamente son psicólogos o terapeutas profesionales.

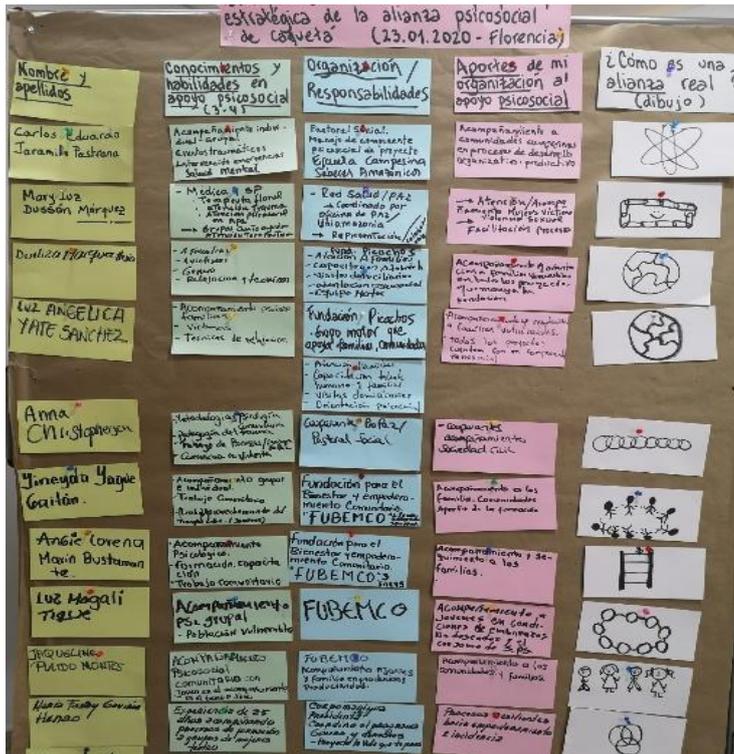
Por un año largo varias personas de organizaciones sociales y los referentes de salud mental de las dos secretarías de salud (municipal y Departamental de Florencia) se juntaron para conversar y compartir saberes en torno a lo que hace su organización en términos psicosociales, compartieron herramientas prácticas y ejercicios para reflexionar sobre los enfoques.

Estos espacios aportaron a fortalecer capacidades entre los y las integrantes, generaron reconocimiento de su labor y funcionó como un laboratorio con talleres permanentes en cada encuentro.

Lo novedoso e inusual de esta práctica fue ver organizaciones que se encuentren por voluntad, a escuchar, aprender de las otras y compartir sus saberes en el hacer psicosocial.

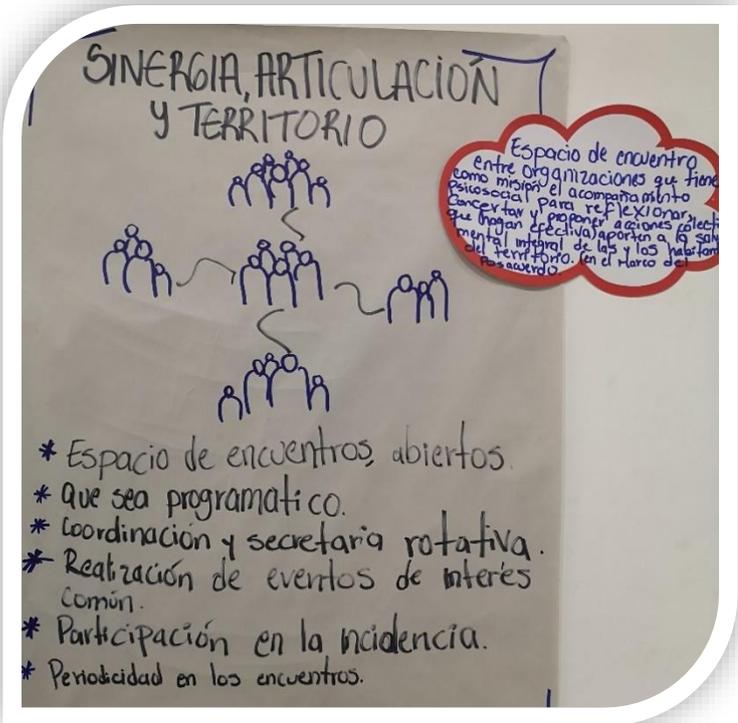
Resulta interesante por que en Caquetá se venia de un largo historial de desconfianza, competencia por los recursos entre organizaciones y falta de credibilidad y de reconocimiento por las otras organizaciones que hacen trabajo en la comunidad, así mismo que participe la institucionalidad resulta novedoso, ya que se unen solo para una acción en concreto con las organizaciones y no en un espacio sostenido en el tiempo, para reflexión e intercambio de saberes.

Por otro lado no había en Caquetá una alianza entre organizaciones del tema o enfoque psicosocial, así que resultó el primer escenario reflexivo y de intercambio de conocimientos de ese tema.



Aunque se hizo esta planeación, en 2020, La pandemia congeló la alianza que apenas nacía. Se retomó la planeación en 2021.

Así se programó el espacio para la alianza en 2020 y a finales de 2022, así se había realizado.



3. Contexto de la buena práctica

La Alianza psicosocial nació de la necesidad de conversar sobre las prácticas de muchas organizaciones en torno a eso llamado psico-social" y encontrar aliados y aliadas para trabajar conjuntamente y aprender más del tema.

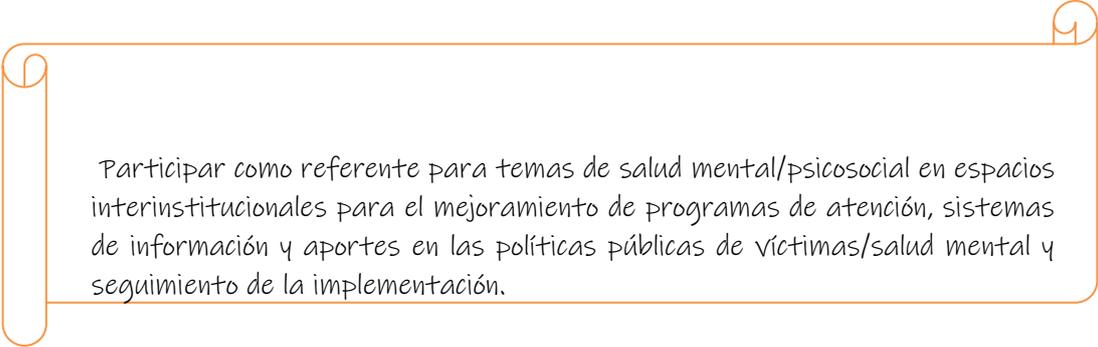
Buscaban:

1. Juntar a las organizaciones que trabajaran lo psicosocial.
2. Conocerse y reconocerse entre organizaciones

3. Encontrar que puede incidirse conjuntamente en mejorar los servicios de salud mental en el departamento

4. Visibilizar las necesidades psicosociales de la población en general. Especialmente las víctimas para que el Estado y la sociedad pueda incorporar más esta estrategia en sus acciones y apoyos a las organizaciones.

Definición del objetivo misional de la Alianza:



Participar como referente para temas de salud mental/psicosocial en espacios interinstitucionales para el mejoramiento de programas de atención, sistemas de información y aportes en las políticas públicas de víctimas/salud mental y seguimiento de la implementación.

Antes de iniciar con la alianza Propaz I había realizado una feria de organizaciones que presentaron lo que hacían en su ámbito psicosocial, ahí se conoció a más de 10 organizaciones que trabajaban en este tema y buscaba algo común: Trabajar en el bienestar de las personas y comunidades. Meses después de realizó el el Open space, espacio que convocó a más personas y organizaciones a conversar sobre lo psicosocial. De ese encuentro quedaron algunas recomendaciones como realizar formaciones en torno a lo psicosocial, encontrarse a compartir lo que se hace. Desde Propaz se realiza un diagnóstico de atención psicosocial y llega la pandemia.

En Enero de 2020 se hizo la primera reunión de planeación donde se decide conformarse la Alianza, se trazan acciones, sin embargo este proceso se vio detenido por Pandemia. Después de

pandemia a mediados de 2021 se dio cita a la primera reunión de la alianza, convocando a los mismos actores y a otros que habían participado en el Open Space, acudieron unas pocas y se construyeron los objetivos de qué era y para



Reunión en sala de Juntas de PROPAZ



Fanny Gaviria
(corpomanigua)
Sebastian y Laura
Romero (Favidesc)
Jaqueline y Yina (Fubenco)
Maria Argenzola (Mesa de víctima Municipal y Mujeres Tejiendo memoria)
Mary Luz Dussan (Red, Salud, Paz.) y Stella Maris Bermeo- Propaz.

qué era la alianza, se revisó el diagnóstico psicosocial *exploración de la oferta y el servicio de salud mental en el Caquetá* entregado en pandemia y se acordaron encuentros mensuales para ir dando acción a la nueva alianza.

4. Descripción de la Buena práctica

La Alianza tuvo un interés en incidir en mejorar las condiciones de salud mental en el departamento y en contribuir al bienestar de las personas a través del proceso psicosocial. Por tanto se conversó con los y las integrantes y se fue haciendo un proceso alterno

Primero: Se contribuyó a la revisión y aportes a las políticas públicas de salud mental.

Municipal. Para esto la alianza se reunió con la referente de salud mental de la secretaria Municipal y participó en la formulación.

Segundo: Participó en acciones de visibilización del día de la salud mental.

Tercero: Estuvo visibilizando a través de sumarse a peticiones sobre la importancia y reapertura de los centros de escucha en la ciudad de Florencia.

Las labores de representatividad en espacios se concertaban y se distribuían. Se tuvo fija una secretaria de la alianza, se creó una cuenta de mail institucional.

Se acordó que para hacer un trabajo de incidencia, era necesario que la alianza se reconociera entre sí primero, por lo que hace y cómo lo hace, que tantas conexiones encontraba entre

ellas y que tantas diferencias y sobre todo como a través de compartir este hacer aprendían todos y todas y reconocían el trabajo.

De esta apuesta de encuentro interno como un "Laboratorio de prácticas psicosociales" cada organización una vez al mes compartió un taller práctico de alguna metodología psicosocial que usara para acompañar a la comunidad. Así salió un derrotero temático

Así el proceso estuvo dado en tres fases:

Fase 1: Planeación del derrotero temático de cada organización.

Cada organización hizo su inventario de herramientas y preparó su taller para compartir. La participación fue fija y constante e intermitentes estuvieron: Representante del Instituto Colombo Alemán, Pastoral Social, integrante representante de la mesa municipal de Víctimas y los referentes de salud mental de las secretarías de Salud, quienes no facilitaron talleres, pero mantuvieron comunicación e interacción con el espacio.

Fase 2: Desarrollo de Laboratorio; encuentros e intercambios de saberes prácticos

Cada taller se hizo de manera creativa y diversa.

FAVIDES: Usó presentación, testimonios de su libro publicado y compartió herramienta como la cartografía social en el uso y acompañamiento comunitario a familias que han perdido a sus familiares y se encuentran desaparecidos.

SOBREVIVIENTES TEJIENDO MEMORIA: Uso el ritual con elementos sagrados, permitiendo integrar las sensaciones y emociones al contacto con la tierra, el agua, el fuego, el aire y con el aire el canto. A través de la mandala como estrategia compartieron como se trabaja memoria histórica. Otro elemento clave fue el tejido y el bordado de las mujeres de la organización.

FUBENCO: Presentó a través de una pequeña feria, los frutos de la tierra y como la seguridad alimentaria ayuda en el bienestar de las personas y cómo lo psicosocial se incorpora en el acompañamiento comunitario en el encuentro, el trabajo conjunto con la gente y propiciando la comunicación, la confianza y la organización.

CORPOMANIGUA: Presentó como trabajan círculos de palabra con varios grupos especialmente con mujeres, ahí en esa estrategia presentó juegos, manualidad como el tejido a mano, croché y macramé y compartió como estas técnicas permiten que las personas salgan de su cotidianidad y se centren en el "Aquí y ahora" al tejer en una especie de meditación en movimiento, esto además les permite elevar la autoestima al sentir que aprenden y pueden con esto contribuir a su familia. Corpomanigua presentó además varias herramientas para el trabajo en género y compartió como el enfoque de género debe ir acompañado del autocuidado y el cuidado.

ASOPORTALES: Presentó la experiencia en Memoriando; un proyecto con el cual realizaron su estrategia psicosocial mientras elaboraban informe a la JEP. Desde su experiencia compartieron cómo en la comunidad campesina de San José del Fragua hicieron para conversar y acercarse a concluir qué es para ellos lo psicosocial y cómo lo asumen, presentando la cartilla "Fragua cuidados" que elaboraron y en donde compilan en comics algunos conceptos. También presentan algunas herramientas de protección y autoprotección.

RED SALUD PAZ: Presentó diversas herramientas prácticas, en el marco de estas prácticas los y las integrantes de la alianza aprendieron a conocer algunas plantas medicinales y preparar algunas esencias en alcohol. En este espacio se presentó la técnica de medicina complementaria terapia Flores de BACH.

La red salud paz presentó la cartilla de plantas medicinales que ha realizado, conversó acerca de la metodología de botiquines y huertos medicinales como alternativa y como medicina milenaria al alcance de todos y todas.

PROYECTO STARS-C: En el marco de esta formación se conversó e interactuó con el equipo del proyecto Stars-C, el proyecto de investigación trabajó en desarrollar, implementar y evaluar una intervención participativa enfocada en el diálogo y la colaboración entre comunidades y servicios locales de salud mental en dos territorios PDET en Caquetá : Florencia y La Montañita. A la fecha, hemos hecho un diagnóstico mediante la realización de grupos de discusión usando metodologías participativas para promover la reflexión e identificación de las problemáticas más importantes por y para las comunidades en materia de salud mental, tanto desde la perspectiva de las comunidades como de los proveedores de servicios de salud mental. A partir de esto, el proyecto realizará una intervención enfocada en facilitar el diálogo, colaboración y acciones conjuntas entre la comunidad y los servicios locales de salud mental.

Este equipo de investigación está conformado también por investigadores de Los Andes, Corpomanigua, investigadoras de University College London y de London School of Economics financiado de manera conjunta por MinCiencias y UK Research and Innovation (UKRI).

DARR SALUD MENTAL Y BIENESTAR: Desde esta organización se compartió herramientas de meditación, yoga, y autogestión de emociones. Elementos claves para el bienestar y el autocuidado. Así mismo se compartió la experiencia de cómo desde la educación se vincula el enfoque de cuidado e inclusión en personas con discapacidad. Se hizo una clase de lengua de señas para población con discapacidad auditiva.

Participaron de este derrotero temático los referentes de salud mental de las secretarías de salud del Departamento y Municipio, con quienes se conversó sobre salud mental y se aportó la construcción de la política pública municipal.

Así mismo el programa PROPAZ brindó acompañamiento a la realización de estos talleres, brindando herramientas como Gimnasia cerebral, juegos de descompresión, herramientas de comunicación No violenta, Manejo de la ira, herramienta del Ikigai. (Anexo guión de taller CNN- iquigai y abecedario mágico (Gimnasia cerebral)



Taller sobre la experiencia de FAVIDES, facilitado por Sebastián Gómez y Gisela B.

Taller CNV Facilitado por Erika Ramirez y Stella Maris Bermeo. PROPAZ II



Trabajo y redes comunitarias: FUBENMCO.



Ninfa Garzón- Lengua de señas



Prácticas de autocuidado: Yoga y meditación. Adriángela Ramírez.

Fase 3: Diseño y creación del diplomado psicosocial: Cuidarte: Herramientas Psicosociales para el cuidado y autocuidado en la construcción de paz



La alianza entra oficialmente a hacer parte de iniciativas PDET



Reunión de con Luz Marina Roman, Sectorialista del Pilar 8 del PDET, donde se concerta que el diplomado de la alianza psicosocial así como el proceso de la alianza entra a ser una iniciativa del pilar 8

Una vez la alianza compartió internamente parte de sus saberes, inició de manera participativa a crear el diplomado psicosocial. Así se realizaron sesiones de trabajo para definir: Objetivos, población a la que iba dirigido el diplomado, tiempo, facilitadores y derrotero temático. El proceso duró tres (3) meses en su formulación y revisión.

En ese tiempo también se hizo un proceso de articulación con la Unidad de víctimas, quien se comprometió a respaldar el diplomado y quién integra una sesión del mismo y se vinculó la Justicia especial para la paz JEP desde el departamento de Atención a Víctimas DAV.

Se buscó la figura de apoyo y Propaz II a través de un subsidio local apoyó el diplomado. Para ello se eligió a una organización de la Alianza "Corpomanigua" por tener experiencia en administración de fondos y, por ser parte de la alianza y por tener la Escuela Popular para la Paz que tiene experiencia en realización de diplomados.

Corpomanigua, formuló el subsidio local y conformó el comité pedagógico del diplomado, quién se encargaría de dar acompañamiento y seguimiento a algunos procesos, así mismo se eligieron a dos personas de la alianza para que en el

" Diseñar e implementar una estrategia de acompañamiento psicosocial" pilar 4.

Y en pilar 8: la línea de Pedagogía Social, aportando a la vez, a la estrategia

El diplomado quedó aprobado por la universidad de la amazonia en mayo de 2023 y se inauguró e iniciaron las clases con 35 personas el 19 y 20 de mayo.

Para el proceso de Certificación se inició la gestión con la universidad de la Amazonía: Oficina de paz y programa de psicología. La oficina de paz se integró a la alianza e inició el apoyo con dos profesionales para lograr la gestión, presentación, validación y respaldo del diplomado ante el programa de psicología, quién respalda el diplomado y facilitará un módulo de las temáticas.

El diplomado es el resultado del trabajo conjunto de la Alianza psicosocial, integra las capacidades y habilidades de las personas que participaron en el proceso, además se integra a las organizaciones ART, JEP, UARIV, Secretarías de salud referentes de salud mental y la Universidad de la Amazonía. (Anexo documento diplomado psicosocial)

Derrotero Temático

Módulos Contenidos:

Todos estos resultados de capacidades, habilidades, productos y competencias se lograrán con el abordaje de la reflexión y práctica de los siguientes módulos:

1. ¿Qué es lo psicosocial y sus enfoques?

Este módulo tiene como objetivo brindar la aproximación teórica y empírica de que es el enfoque psicosocial y como se trabaja, hará un recorrido por las diversas formas de abordaje de las organizaciones del territorio y Cuales son los enfoques psicosociales del sistema integral de paz (UARIV, JEP – UBPD y lo que dejó la CEV). Así mismo da a conocer que son las habilidades blandas y a qué nos referimos cuando hablamos de autocuidado

2. Módulo de comunicación No violenta

Este módulo busca facilitar reflexiones y brindar herramientas prácticas para promover el desarrollo de la escucha atenta, la observación sin juicios, el autoconocimiento de emociones, necesidades y sentimientos, el uso de las palabras como elementos de construcción de nuevas realidades y empatía tanto para la tramitación de conflictos como para comunicar desde una conexión más profunda y efectiva, generando auto empatía, bienestar, creatividad y paz

3. Módulo Autogestión de emociones y políticas que nos cuidan

Este módulo busca, por un lado, que los y las estudiantes vivencien la descomprensión y expresión de carga emocional que llevan y aprenda una técnica para la escucha empática, además de bríndales herramientas en torno al conocimiento de las emociones y los pasos claves para autogestionarlas y agenciar su cuidado y el cuidado del otro. Se trabajará

emociones y cuerpo a través de la Biodanza. Acompaña este módulo algunos juegos cooperativos que ayudan a la dinamización de espacios comunitarios de cuidado. Por otro lado, hará un recorrido por el marco normativo políticas públicas en torno a la salud mental que busca que conozcamos como la salud mental no sólo es una responsabilidad individual, sino que debe ser una responsabilidad pública.

4. Con enfoques que nos cuidan y trabajo comunitario I

Este módulo se trabajará en dos momentos del diplomado orientado de manera práctica cómo hacer una pequeña investigación, observación participante, abordando el concepto de "territorio", dando pautas para hacer una valoración psicosocial de una comunidad. Los y las estudiantes deberán elaborar una propuesta de mejoramiento, investigación, iniciativa, con enfoque psicosocial que les permita aportar y articularse a generar cambios y nuevas narrativas en su comunidad. Se espera que el proyecto, propuesta o iniciativa incluya enfoque reparador, enfoques diferenciales y enfoque reparador.

5 Impactos del conflicto armado en la salud mental y herramientas para el acompañamiento en crisis

Este módulo busca dar a conocer los efectos e impactos en la mente y vida de las personas que han sufrido violencia y las secuelas, posibilitar a la persona el manejo del evento traumático reciente ante situaciones psicológicamente desequilibrantes. Incrementar la capacidad de contención del estrés causado por el evento traumático. Se harán claridades sobre miedo, ansiedad y pánico, como se sienten y como regularlos para continuar con la vida. Se facilitarán ejercicios para el manejo de la ansiedad. También se espera los y las estudiantes aprendan a aplicar protocolo de primeros auxilios psicológicos, a generar alternativas que incrementen las habilidades de afrontamiento de las víctimas. Este módulo ofrecerá también la posibilidad de aprender sobre experiencias y herramientas socio afectivas para dinamizar espacios comunitarios con perspectiva de cuidado.

6. Elaboración de duelo y acompañamiento psicosocial

Este módulo abordará cuáles son las pérdidas y los duelos que se pueden dar en la vida, cómo comprender y normalizar emociones, dará a conocer las etapas propias del duelo: negación, negociación, rabia, tristeza, aceptación y sentido. Se darán pautas para el abordaje del duelo social y los

duelos por la desaparición forzada. Por último, se compartirán estrategias que algunas organizaciones han usado en Caquetá para acompañar a familias que viven el drama de la desaparición forzada.

7. Experiencias pedagógicas en el territorio

Este módulo es vivencial en el que se hará un recorrido físico por el territorio conociendo y explorando diversas experiencias que estén contribuyendo a la sanación emocional de las personas, estén potenciando factores resilientes, brindando condiciones para la reconciliación y la convivencia. Esta salida indagará también sobre las maneras de simbolizar en los pueblos y hacer memoria histórica y acercamiento a la sanación ancestral del pueblo Inga. Se abordará y aprenderá a manejar las herramientas: Diario de campo y de la cartografía social; el mapeo social.

Este espacio está pensado para que los y las participantes trabajen en su botiquín y continúen elaborando herramientas y objetos funcionales de autocuidado, iniciando con conocer el poder de las flores y las plantas como coadyuvante y regulador emocional, trabajo de cuerpo con movimientos plenos de sentido con biodanza y una técnica de liberación emocional. Este laboratorio traerá la experiencia del abordaje de algunos rituales y elementos simbólicos que ayudan en la dinamización de grupos.

8. Violencias basadas en género y la perspectiva psicosocial.

El malestar psicológico de las mujeres producto del heteropatriarcado y condicionamientos sociales y culturales de éste, el sufrimiento psíquico y emocional como resultado de nuestra propia experiencia vital teniendo en cuenta los roles de género, por supuesto la influencia de la educación en los mandatos de género, la precariedad e inseguridad en el trabajo, la menor remuneración, la desigualdad de oportunidades, el desgaste y más después de pandemia del covid 19 en las tareas de la casa y del cuidado de las personas dependientes (niños y personas mayores, con discapacidad), etc. Son innumerables lo que podríamos ver en torno a la perspectiva de género y la violencia psicológica, sin embargo, tendremos sólo 4 sesiones para que los y las participantes identifiquen que es género, que son las violencias y se acerquen a estrategias de cómo detectar las VBG y apoyar y acompañar a otras mujeres y niñas.

Aprendizajes obtenidos

Acercarse al sentido de lo psicosocial a partir de la diversidad de miradas:

- 1- Las organizaciones que participan en la alianza, cuenten con una praxis, pero no con una definición de su enfoque y esto causa tensión epistemológica entre ellas y entre su propio hacer.

Tres de las organizaciones de la alianza tienen claro y escrito su enfoque y por tanto su mapa o esquema de actuación. Sin embargo en el compartir de sus prácticas se

puedo observar que a todas les falta una revisión sobre su enfoque, ya que hay confusión con estrategia, modelos de intervención y claridad de qué hacen las organizaciones de la Alianza: ¿Intervención psicosocial? ¿Acompañamiento Psicosocial? ¿Atención psicosocial?

También pudo observarse que varias organizaciones usan metodologías similares y en algunas falta mayor orden o claridad acorde su enfoque y su objetivo. Se considera que hacer algunos juegos, un ritual, acciones que involucren la participación de la comunidad ya esto implica lo psicosocial, lo que hizo que la alianza se interrogara dentro de sus propias organizaciones por eso que llamamos psicosocial. Surge este tema para abordaje en un curso o diplomado. Necesidad de ver conceptualmente qué es un enfoque, qué es una estrategia y qué son modelos psicosociales para saber con cuál se dialoga más.

Durante los encuentros de la alianza se conversó sobre asumir el enfoque psicosocial como un campo de conocimiento y acción integral, multidisciplinario, alimentado de muchas miradas que vinculan el mundo intersubjetivo, relacionado con el individuo y su medio ambiente y sociedad. Una de estas miradas son las relacionadas con la mente, las emociones y lo psicológico con las miradas sociales relacionadas con los derechos, la política, lo cultural, lo sociológico, lo antropológico, medioambiental, lo económico, lo político y los Derechos Humanos. Para el trabajo que realizan las organizaciones se puede ver que el trabajo en el ámbito psicosocial les ha permitido:

- a- Comprender que el impacto de la violencia generada por el conflicto armado y violencia estructural dimensional a afectado el cuerpo y la mente de las personas, del tejido social, del medio amazónico.
- b- Aportar al trabajo con individuos y comunidades en esta reconstrucción y alivio causado por esa violencia. Comprendiendo que si no se trabaja en un proceso que genere Homeóstasis (equilibrio) en las personas, nos e va a sostener procesos sociales, ya que éstos están contruidos y tejidos con las personas que son quienes dinamizan, desarrollan e interactúan en las diferentes dimensiones de la sociedad.
- c- Reconocer que lo psicosocial es fundamental en cualquier proyecto o intervención con la comunidad ya que en el departamento el 80% de las personas son víctimas, lo que da un alto nivel de daño emocional, físico y en afectación a sus Derechos, especialmente niños, niñas y mujeres.
- d- Contribuir con desarrollo de proyectos a acciones de trabajo con las personas con metodologías flexibles, afectivas, de educación popular, terapéuticas, de arte y expresión para rehabilitar, para generar confianza y tejer esa tela interna de las personas, así como participar y movilizar espacios para la justicia, el esclarecimiento

de verdad, y la incidencia en cumplimiento de Derechos y de cumplimiento de políticas públicas.

- e- Comprender que se requiere de una ética para el apoyo psicosocial que hacen las organizaciones. Qué sabemos hacer, que no y qué se debe derivar a profesionales.
- f- Por último desde el trabajo de Propaz II, se puso en todos los espacios la necesidad de trabajar el cuidado y autocuidado de las personas que trabajan en lo psico, esto como parte del fortalecimiento de las personas que cuidan.

Construcción de identidad y espacio propio

¿Qué resultó ser de especial ayuda?

1-Resultó de especial ayuda para ellos , que fueran encuentros programados con anterioridad en las agendas de las personas (1 año de planeación, último martes del mes, medio día) no fueran espacios que saturaran las agendas de las personas (se hizo uno al mes y en ocasiones dos encuentros al mes) y cada espacio fue novedoso, facilitado por una organización diferente, lo que lo hizo dinámico, curioso y novedoso.

Hubo interés por conocer a la otra organización y ser corresponsable con escucharla y participar, para que también participaran en el momento que a cada organización le correspondiera facilitar.

2-El sentido de pertenencia y de identidad que se fue configurando en la alianza. Sentir la alianza psicosocial como un espacio propio y único de ellos en caquetá hizo que las organizaciones se mantuvieran activas. Los encuentros fueron un espacio de cuidado para cada persona, así que se fortalecía a las personas y a la institucionalidad, estas dos conexiones dió fuerza para que se mantuviera el proceso.

Las personas permanecieron en la Alianza por que tenían necesidad de aprender de los psicosociales, poner en común con otros y validar y reconocerse en su trabajo.

3. Tenía la motivación que esos intercambios a través de los encuentros, talleres, conversatorios no iban a quedar en el Aire, sino, que serían insumos para el diplomado psicosocial que iban a plantear a final de los intercambios, es decir, cuando ya se hubiera pasado a compartir y se conociera el hacer, el enfoque y las principales metodologías de las organizaciones que integraban la alianza.

¿Cuáles fueron los obstáculos y cómo los afrontaron? ¿Qué harían diferente en otra ocasión?

A.- A la alianza le faltó Mayor seguimiento y acompañamiento en la **sistematización durante el proceso**, a pesar de que se creó una ficha para recoger el taller y la metodología compartida por la organización, faltó ser más riguroso y acompañar la documentación de este proceso. En necesario en *Caliente*, sistematizar, hubieran podido hacer mayor conciencia la organización de sus metodologías, ver los vacíos conceptuales en enfoque, estrategia, modelos de intervención y ayudar al interior de su organización con tener mayor claridad en el orden metodológico.

B. Se hace necesario con experiencias así, destinar y concertar roles, al interior de la alianza. Sólo se tenía una secretaria. Es importante establecer roles de representación o comunicación hacia afuera, así como roles temporales de documentación de las metodologías o talleres.

C. se perdió la riqueza de todo este laboratorio al no documentarse en *Caliente*, sin embargo, esta sistematización es una aproximación de recoger algunos aprendizajes.

Se evidenció en esta sistematización, que las organizaciones participantes no tienen la cultura de escribir y documentar, son en su hacer muy orales y en esas prácticas se pierde la oportunidad de crecer, ordenar y gestionar el conocimiento para mejorar las acciones e impactar. No es sólo por que no dispongan de tiempo, falta el acompañamiento para esa documentación al interior de las organizaciones, lo que resulta un peligro por que las organizaciones sociales pueden terminar repitiendo metodologías probadas, pero como una receta, saltándose el refinamiento e innovación de las mismas, pero sobre todo perdiéndose de aprender ellas mismas, y perdiéndose la reflexión contextual para ser más respetuosos con las comunidades que acompañan.

d) Según los aportes de las organizaciones para esta sistematización se registra que ellos harían distinto el seguimiento a la innovación de las herramientas compartidas en los encuentros del diplomado. Ahí cada organización compartía a través de un taller vivencial algunas herramientas que las organizaciones se llevaban para aplicar e incorporar en sus propios procesos de manera autónoma. Pero al siguiente mes, no se conversaba, no se sabía, no se creó un espacio para dar seguimiento y conversar por ejemplo: ¿Cómo los fue con las herramientas compartidas el taller pasado? ¿Alguien la aplicó y hubo cambios? ¿Qué resultó exitoso? ¿Qué arreglo e innovación le hicieron? ¿Que resultó mal? Alguien la aplicó o no? ¿ por qué esta herramienta sirve o no sirve para el trabajo psicosocial?

Faltó organizar y aprovechar mejor los encuentros en la alianza.

Capacidades desarrolladas

Se registran en tres dimensiones:

<p><i>Individual</i></p>	<p>Palabras claves: Comunicación asertiva, confianza, trabajo en equipo, reconocimiento, autoreconocimiento, autoliderazgo, autocuidado. Mayor capacidad de reconocimiento y empatía vs competencia</p>	<p>En el ámbito individual se fortalecieron capacidades para el empoderamiento personal (querer y querer con) al mejorar en el autoreconocimiento del trabajo realizado, mejorar la seguridad, autoestima, autococpecto y auto imagen. Esto llevo a que el grupo se consolidara compartiendo valores comunes, confianza y pudiendo soñar acciones conjuntas jovilizadas con sus propias capacidades. En ultimas se contribuyó a fortalecer el autoliderazgo y la participación de un colectivo denominando alianza.</p>
<p><i>Institucional</i></p>	<p><i>Identidad, cohesión grupal- trabajo en equipo- participación.</i></p>	<p>En este ambito, se reconoció un avance de trabajo en cohesión grupal, antes del acompañamiento de Propaz II, la alianza era una idea, no tenía vida propia, ni se habían reconocido en su objetivo. Fue necesario recapitular, convocar nuevas instituciones e ir consolidando una dinámica de encuentro programático y progresivo en temas, con apertura a la participación y experimentación como un laboratorio" donde se compartieron herramientas que ya traía cada institución, pero en donde se experimentaron nuevas herramientas, se conocieron enfoques y saberes.</p> <p>La identidad de ser Alianza, trajo consigo un fortalecimiento identitario que permitió posicionarse en la ciudad y convocar a otras instituciones: Instituto Capaz, por ejemplo. O proyecto de investigación Star-c, o que participaran puntualmente y tuvieran interlocución la y el encargado de salud mental de las secretarías de salud departmental y municipal.</p> <p><i>Los y las integrantes de la Alianza pudieron participar en aportes a la política pública de salud mental Municipal.</i></p>
<p><i>Cooperación</i></p>	<p><i>Trabajo en equipo- redes- trabajo psicosocial- territorio- agencia</i></p>	<p>Con las organizaciones que la Alianza más interactuó para fortalecer sus capacidades fue con la GIZ programa Propaz II, con la ART - Agencia renovación del territorio pilar B, donde se reflexionó sobre los aportes de la alianza a través del trabajo invisible que se hace desde cada organización en el territorio. Muchos territorios donde el Estado se queda corto en pensar procesos de acompañamiento integral y de cuidado. En este marco se cooperó para que el naciente diplomado „cuidarte“ estuviera aportando aun más a dos lineamientos del pilar 4 y 8 del PDET. También la alianza tuvo capacidad de agencia para movilizar el diplomado en alianza con la universidad de la amazonia (Facultad de educación, programa de psicología y oficina de paz).</p> <p>Otra alianza estratégica que se movilizó fue formular un diplomado participativo donde cada organización comparte su experiencia con otros líderes y líderesas del territorio, y se vinculo además a la Jurisdicción especial para la paz JEP para facilitar un módulo, y a la Unidad de víctimas UARIV para facilitar un módulo, pero para avalar y autogestionar el diplomado. Así la UARIV regional se comprometió con el apoyo.</p>

		Estas alianzas presentaron una oportunidad para la cooperación y establecer procesos sostenibles entre la sociedad civil y la institucionalidad.
--	--	--

Replicabilidad de la buena práctica

Comprendiendo en la gestión del conocimiento que una Buena práctica son aquellas actuaciones concretas, prácticas o soluciones basadas en ciertos conocimientos, investigaciones o experimentos y que, gracias a su utilidad, sencillez, brindan enfoques, herramientas, métodos y técnicas, pueden aumentar las posibilidades de éxito de la gestión y servir de ejemplo para otras entidades. En este caso la buena practica documentada es una, que a la vez se vuelven dos.

Una: La alianza psicosocial en sí, como funciona, como se hizo para lograr configurarse como alianza

Dos: cómo llegaron a construir un diplomado para poner en juego y compartir con otros herramientas que a ellos y ellas como organizaciones les ha servido.

Este documento por tanto le es útil a:

- A- Organizaciones que quieran hacer un procesos permanente de aprendizaje sobre un tema o un enfoque, vinculando a gran número de personas que tienen experiencia en esa aplicabilidad y desarrollo en el territorio.
- B- Instituciones que quieran aprender sobre procesos psicosociales, las estrategias y herramientas que ha usado la sociedad civil por años y que le ha funcionado en el territorio.
- C- Instituciones y organizaciones del Estado que quieran fortalecer alianzas estrategicas de sus programas estatales en salud mental, psicosocial, prácticas de vida saludables, centros de escucha, o desarrollo de acciones de las politicas públicas de cuidado y salud mental, para relacionarse, apoyar y fortalecer la alianza.
- D- Personas que esten interesadas en aprender sobre organización y herramientas psicosociales para el trabajo comunitario.

- E- Para las universidades que esten interesadas en hacer estudios o intervenciones en Caquetá de caracter psicosocial.
- F- Cualquier persona o organización que quiera saber cómo actuar en alianza, en cooperación y en sentido de bien común.
- G- Personas y organizaciones que quieran hacer de manera conjunta y participativa una formulación de cursos, diplomados en temas de interes.

Para replicar la construcción de una alianza psicosocial y luego llegar a producir conjuntramente un curso, estudio, diplomado, laboratorio para compartir con otros y otras, se hace necesario tener en cuenta unos mínimos:



- Crear confianza entre las personas y organizaciones (desde el trabajo de la Provención, juegos cooperativos, trabajo en equipo solidario, circulos de palabra)
 - Facilitar el reconocimiento y autoreconocimiento de su experticia, desde un enfoque de educación popular, desde una mirada incluyente del saber y las prácticas.
 - Abrir un escenario de encuentro cuidadoso para poner en común la experiencia.
 - Facilitar la equidad y que cada organización tenga su espacio y lo facilite de manera autonoma, promoviendo la vivencia de todo el grupo de ese compartir.
 - Promover que se lleve esa herramienta y se comparta en las oragnizaciones que recibieron ese saber y la apliquen a sus contextos y procesos.
 - Tener espacio de devolución de la replica, si la hubo. sino, no juzgar e invitar a practicar y poner en el cuerpo y al interior de sus organizaciones
 - Planear desde el inicio qué es la alianza, para qué, y los roles de todos y todas.
 - Designar una secretaria y rotarse la representatividad a espacios, eventos, etc no hay director, directora, coordinador.
 - Valorar la diferencia, por que a partir de ella, es la riqueza y nos nutrimos y completamos.
 - facilitar mover osbtaculos para que la alianza participen internamente como externa en varios escenarios.
 - inspirar que se puede hacer algo conjunto, tener un sueño común, un horizonte a donde llegar. Y constantemente acariciar ese sueño, disfrutando el camino.
 - Es necesario que el facilitador, brinde apoyos losgisticos, alimentarios para algunos encuentros de las y los integrantes de la alianza.
 - generar una identidad: signo, simbolo, etc.
 - Participar conjuntamente en un espacio donde haya reconocimiento público.
 - No saturar la agenda, con encuentros, reuniones, tareas. Es necesario al inicio que sea muy libre y hacer los espacios amenos y cuidados para que las personas quieran ir sin expectativas, que quieran ir a un espacio que les "escuche" que les agrada, donde no hay metas para cumplir.
 - Propiciar encuentros institucionales cada semestre para compartir lo que se esta realizando en la Alianza.
 - Celebrar y trabajar en la empatía, la comunicación no violenta y el sentido de por qué estan juntos y juntas, relevando constantemente la importancia del apoyo psicosocial para el bienestar de todos y como contribución a la dignidad y la Paz.
-

La evolución de esta buena práctica

Este es un proceso inacabado si se comprende que el camino de la evolución de una buena práctica depende de varios actores y momentos.

Una buena práctica como esta ha evolucionado en cuatro etapas. Al principio, una innovación potencial realizada como experiencia piloto o técnica o tecnología innovadora parece tener resultados mínimos:

- 1- Compartir en ese laboratorio permanente de encuentros entre las diversas organizaciones que forman la alianza.

Después de experimentarla varias veces en un determinado contexto, se convirtió en una práctica prometedora; es decir, en una práctica que tiene éxito en su contexto específico, pero constituiría un riesgo aplicarla en un contexto distinto.

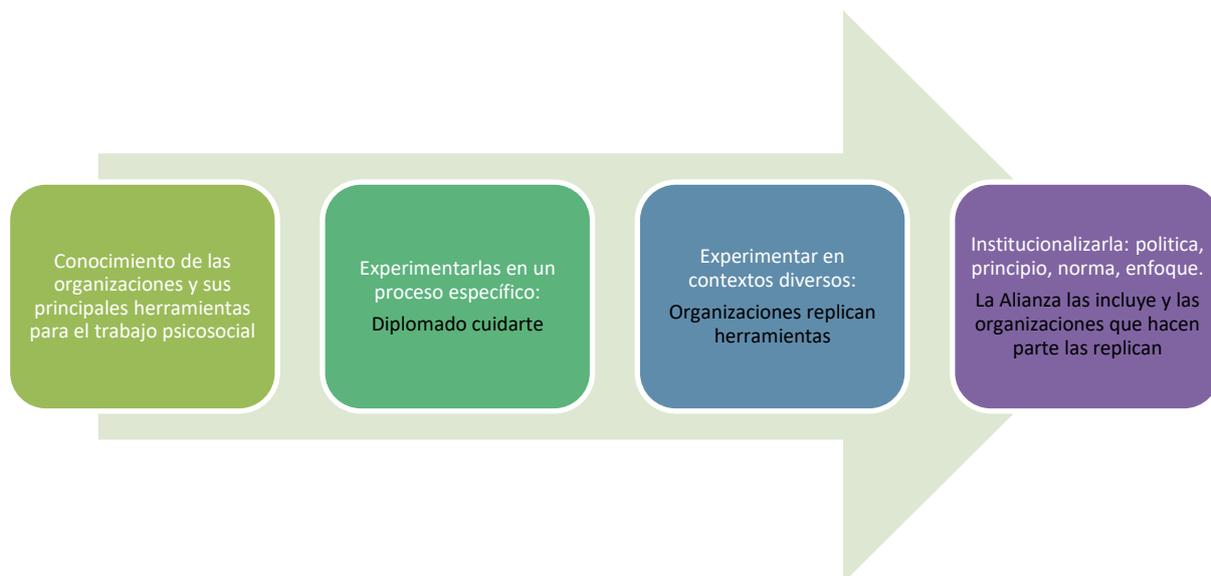
2- Después de compartir en los encuentros mensuales de la Alianza, cada organización aplicaba la herramienta compartida en talleres, actividades y procesos que llevaban autónomamente en las comunidades.

3- Se crea el diplomado psicosocial para compartir las herramientas probadas y exitosas para que líderes y líderesas la apliquen en otros contextos.

Por último, cuando est hayan arrojado resultados positivos en diversas réplicas y contextos se la podrá calificar como buena práctica, plausible de ser compartida ampliamente para que otros puedan adaptarla y adoptarla.

4- Se espera a la fecha que los y las estudiantes del diplomado hagan una propuesta de aplicación concreta de una iniciativa con enfoque psicosocial donde usen estas herramientas. Y Hagan un intercambio de experiencias posterior al diplomado para saber cómo les fue con las herramientas aplicadas.

5- En algunos casos una buena práctica como esta puede evolucionar e institucionalizarse, por ejemplo, si se convierte en la base que sustenta la formulación de una nueva política o norma.



Contactos y apoyo

Se Puede consultar más sobre esta Buena práctica con cualquiera de los y las organizaciones integrantes, especialmente con La secretaria de la alianza, la coordinadora del Diplomado y con la asesora del proceso desde Propaz II

Nombre y apellidos	Organizacion y rol en la alianza	contacto
Yineyda Yague Gaitan	FUBENCO- secretaria de la alianza	Alianzapsicosocial19@gmail.com Tel: 3103339220
Fanny Gaviria	Corpomanigua- Coordinadora del diplomado	f.gaviria@corpomanigua.org Tel: 3118086195
Stella Maris Bermeo	Stella Maris Bermeo	stella.bermeo@team.ambero.de Tel: 3182744577

Algunos materiales para ver, son las herramientas sistematizadas del capítulo 1 de este documento.

-También podrá acceder a los módulos y materiales del diplomado: guiones, presentaciones, materiales de lectura. Ver Classroom.

-Para más información escribir al mail de la alianza Alianzapsicosocial19@gmail.com

Solicitando materiales o enviando sus comentarios, recomendaciones.

A través de esta sistematización usted está invitado o invitada a participar en los encuentros de la alianza, este es un espacio abierto, flexible y de permanente aprendizaje.

Capítulo 3

Directorio de organizaciones que trabajan en apoyo
psicosocial



Directorio



¿cuáles son las organizaciones que en Caquetá trabajan lo psicosocial?

ORGANIZACIÓN	ORIENTADA	TIPO DE TRABAJO PSICOSOCIAL	DIRECCIÓN	Contacto
ESTAS ORGANIZACIONES CONFORMAN LA ALIANZA PSICOSOCIAL				
1-ASOPORTALES	Organización campesina, integrante de la plataforma COORDOSAC.	Acompaña a un semillero campesino para el trabajo del autocuidado con enfoque psicosocial comunitario.	Yurayaco Caquetá	Mail: proyectomemoriaportales@gmail.com Edusmildo Ríos Adriana Ayala
2-CORPOMANIGUA	Acompañamiento psicosocial orientado a la estabilización emocional, recuperación de dignidad, protección y proyección de vida de personas, familias y comunidades con poblaciones afectadas por el conflicto en especial niños, niñas, jóvenes y mujeres.	Acompañamiento psicosocial. Enfoque psicosocial, con metodologías socioafectivas y de trabajo corporal y de redes con comunidades.	Carrera 13 N. 8A #1 Juan XXIII	Maria Fanny Gaviria Henao Tel: 3118086195 f.gaviria@corpomanigua.org Nubia Chacón Tel: 3108635330 Web: https://www.corpomanigua.org/
3-DARR SALUD MENTAL Y BIENESTAR	Brinda Acompañamiento psicosocial, terapia individual, atención grupal mediante talleres de crecimiento personal y salud mental y bienestar, de talleres de	El enfoque psicosocial de DARR está basado en la psicología busca las transformaciones en las personas para favorecer su salud mental, el bienestar, la calidad de vida.	Alcolsure	Adriangela Elisa Ramírez Darrsaludmentalybienestar@gmail.com

	meditación , sesiones de Reiki y terapias energéticas			
4-FAVIDESC (Asociación de Familiares y Víctimas de Desaparición Forzada en el Caquetá)	Desde un enfoque Individual, familiar y comunitario trabaja la Salud Mental, mediante un trabajo psicossocial integral, diferenciado e innovador, abordando la salud mental de las personas y familias que tienen seres queridos desaparecidos, buscando la reparación emocional y socioafectiva para el bienestar de las personas y las comunidades.	Acompañamiento psicossocial a familiares y víctimas de desaparición forzada en el Caquetá.		https://www.favidesc.org/ Laura Romero Tel: 3209895810 Serbastian Gomez Tel: 3144862893
5-FUBEMCO, Fundación para el Bienestar y Empoderamiento Comunitario	Mediante acompañamiento de procesos comunitario.	Acompañamiento e intervención psicossocial	Portal del Mirador	Tel: 310 333 92 20 - 3204613806 Mail: undacion.fubemco@hotmail.com
6-Mujeres sobrevivientes tejiendo memoria	Organización de Base, trabaja en acompañamiento psicossocial y memoria histórica. En acompañamiento a mujeres que han vivido la violencia del conflicto armado.	Acompañamiento psicossocial	Juan XXIII	Maria Argenzola Tel: 3138105903
7-RED SALUD PAZ	Apoya personas y procesos, con dinámicas	Intervención psicossocial		MaryLuz Dussan Tel: https://www.redsaludpaz.org/

	orientadas a la construcción del Buen Vivir en los territorios de paz.			
B. OFICINA DE PAZ UNIAMAZONIA	Apoya procesos de reconciliación, memoria histórica, investigación en temas de paz en el territorio	Acompañamiento o educativo, social y uso de metodologías simbólicas en el trabajo con comunidad. Acompañan el diplomado psicosocial „cuidarte“	Sede Centro Uniamazonia	Maira Collazos Psicóloga 3005268051

OTRAS ORGANIZACIONES SOCIALES

ORGANIZACIÓN	ORIENTADA A	TIPO DE TRABAJO PSICOSOCIAL	DIRECCIÓN	CONTACTO
PASTORAL SOCIAL Aquidócesis de Florencia	Acompañamiento a la participación comunitaria, fortalecimiento del tejido social, identidad colectiva del sector	Acompañamiento o psicosocial a través de diversos proyectos.	Carrera 14 # 12-39, Barrio San Francisco	Carlos Eduardo Jaramillo 3112834630 www.pastoralsocialflorencia.org
Secretariado Nacional de Pastoral Social	fortalecimiento del tejido social, identidad colectiva del sector			
Organización de Iglesia Católica con presencia en el territorio amazónico del Caquetá	campesino, Intervenciones de apoyo psicosocial, familiar.			
FUNDACIÓN PICACHOS	Promove y fortalecer e impulsar el desarrollo humano sostenible a través del mejoramiento de las condiciones de vida de las comunidades en armonía con la naturaleza.	Acompañamiento, atención y seguimiento Psicosocial, Educación, Escuela de Puertas Abiertas, Aplicabilidad de metodologías para el restablecimiento o social de jóvenes y jovencitas afectada por su	Florencia Cra 10 No. 11 - 11	Diego Hernán Gomez Director Tel: 6084355474

PSICOTEGRAL
DEL CAQUETÁ

servicio de
consulta
psicológica
especializada,
para atención
de niños,
adolescentes,
jóvenes y
adultos,
terapia,
capacitación.

Vinculación a
pandillas

Atención:
Ofrecen
seminarios,
taller, cursos y
capacitaciones
de psicología y
pedagogía.

CALLE 14 B 8 E
11
b/ Bello
Horizonte

Tel:
3175087410

FUNDAFES

Implementar
modelos de
intervención
integral para
promover la
inclusión social
en poblaciones
en situación de
vulnerabilidad.

„Un Centro
Vida con tres
unidades y un
Centro de
Bienestar para
el Adulto Mayor
con dos
unidades.

Con presencia
en Morelia, El
Paujil,
Valparaíso, y
Cartagena del
Chairá”

Atención:
Prestan
servicios con
enfoque
humanístico.
Trabajo con
poblaciones con
discapacidad,
Adultos
Mayores e
infantes,
brindándoles
espacios de sano
esparcimiento y
participación
social, cultural,
espiritual y
cívica. Esto, a
través de la
ejecución de
proyectos y el
desarrollo
actividades que
proporcionan un
sentido de
utilidad,
productividad y
vitalidad.

Calle 27 # 20-65
B/Acolsure

Web: <https://www.fundafes.com/>

Fundación
ALCATRAZ

Es un centro
de prevención
de las
Adicciones,
mediante
programas de
prevención y
promoción del
consumo de
sustancias
psicoactivas.

Atención e
intervención

Dirección: CARRE
RA 9 7 14 BRR
LA ESTRELLA

Jairo Trujillo
Director
Teléfono: [312 4028167](tel:3124028167)

FUNDACIÓN
DIGNITAS POR LA
VIDA

El trabajo de Intervención:
Defensa de Desarrolla
Derechos Humanos y proyectos de
protección de atención
los NNA, psicoosocial para
mujeres y esta población
población y en crtagena del
vulnerable. Chairá y otros
Mediante lugares de
lineas de Caquetá.
empoderamiento,
o, incidencia de Son
comunidades, operadores
acciones de del ICBF, para
espíritu que a las
colaborativo, victimas se les
en la se ha
comunidad, restablecido sus
instituciones derechos.
educativas y
familias para
que se puedan
defender, y
acompañamiento
directo de
niñas y niños
victimas de
violencias
sexuales.

FUNDACIÓN
BIOCOMUNICACIÓN

Intervención y Intervención y
acompañamiento Fortalecimiento
psicosocial, a mitigar la
desde el vulneración de
enfoque los derechos de
educativo, la
individual y mujer, asesoría
comunitario, psicosocial,
Impulsa y asesoría jurídica
apoyo el para prevenir la
emprendimiento violencia
o femenino e intrafamiliar,
innovador, abuso sexual y
fortaleciendo a trata de
mujeres mujeres.
cabezas de Estrategia
hogar y Voluntariado
mujeres social: Casa
victimas del Mujer Artes y
conflicto del oficios.
armado,
acompañamiento
psicosocial
lúdico y

Calle 14 Cra 8-
09 Barrio Los
Alpes

web <http://www.dignitasporlda.org/>
mail: fdignitas@gmail.com
Tel: 6056924339

Luz Marina Román,
Tel: 3229464721-3112378285

recreativo y de
autocuidado
para las
mujeres rurales

Otras instituciones relacionadas con trabajo psicosocial, psicología y salud mental en caquetá, caracter público y privado

Organización	Orientada a	Tipo de trabajo psicosocial	Dirección	contacto
Programa de atención psicosocial y salud integral a víctimas PAPSIVI	El PAPSIVI constituye la línea técnica que le permite a los diferentes actores atender los impactos psicosociales y los daños en la salud física y mental de las víctimas ocasionados por o en relación con el conflicto armado, en los ámbitos individual, familiar y comunitario (incluido en éste los sujetos de reparación colectiva), con el fin de mitigar su sufrimiento emocional, contribuir a la recuperación física y mental y a la reconstrucción del tejido social en sus comunidades.	Es un programa Nacional de Atención psicosocial institucional (se hace por contratos desde la Gobernación de Caquetá)	Tel 3212257025 Tel 3143102479	Gobernación del Caquetá Patricia Villamil Coordinadora población vulnerable David Rosas Programa de salud mental- secretaria de salud departamental
PROGRAMA DE PSICOLOGIA DE LA UNAD	El programa de Psicología de la UNAD comprende la acción psicosocial como un conjunto de estrategias que: (a) posibilitan el reconocimiento de individuos y comunidades para fortalecer su capacidad de autogestión (b) generan estilos de relación para la convivencia saludable y, (c) propenden por el desarrollo de proyectos colectivos en aras de mejorar la calidad de vida. Dichas estrategias se diseñan desde la fundamentación teórica disciplinar que sustenta el programa.	Formación en psicología Hace acciones por medio de proyectos de investigación y semilleros	31-69, Cra. 2B #31-1, Florencia	Tel: 608 - 4368123 / 608 - 4369346 / 608 - 4369347 edilberto.silva@unad.edu.co
PROGRAMA DE PSICOLOGIA DE LA UNIAMAZONIA	Tiene por objetivo: Proporcionar una sólida fundamentación básica de la Psicología como disciplina y profesión, desarrollando competencias que permitan al profesional actuar de manera crítica e investigativa, con compromiso ético y responsabilidad social. Integrandose al trabajo y dialogo interdisciplinario en el marco de lo local y lo global.	Programa de formación	UBICACIÓN CAMPUS PRINCIPAL: Sede Porvenir: Calle 17, diagonal 17 con carrera 3f. Barrio Porvenir.	Florencia – Caquetá. Teléfono: 3102471002 Coordinador: Jenifer Rueda Varón Correo electrónico: psicologia@uniamazonia.edu.co
PROGRAMA DE PSICOLOGIA DE LA UNIMINUTO	Hace presencia en Caquetá, se estudia a distancia y cuenta con laboratorio de psicología a nivel Nacional.			Web https://www.uniminuto.edu/oferta-academica/psicologia
SECRETARIA DE SALUD MUNICIPAL	Tiene Política pública Municipal de salud Mental desde sep 2022-3031	Cuenta con comité de Salud Mental		Jhon Jader Muñoz Hoyos Tel: 3102164856
SECRETARIA DE SALUD DEPARTAMENTAL	Tiene el área en referencia de salud mental que lidera y desarrolla la política pública en salud mental	Desarrollo de acciones en el plan anual de la política pública Cuenta con comité de salud mental		Refrente de salud mental David Sanchez Rodas Tel: 3143102479

<p>CLINICA LA FE (Privado)</p>	<p>Son un centro de especializado en atención de salud mental. Estan dedicados a mejorar la calidad de vida de los niños, niñas, adolescentes, jóvenes, adultos y adultos mayores. Para ello utilizan las técnicas y métodos más eficientes y novedosos, prestan servicios especializados y personalizados encaminados a facilitar y promover el mantenimiento y recuperación de la salud emocional, comportamental y social de las personas.</p> <p>En Clínica La Fe, es de caracter privado y atiende a convenios con: Asmet Salud EPS, Colsanitas, Medisanitas, Sanidad del Ejército - Caquetá, Sanidad de la Policía - Tolima, Huila, Putumayo y Caquetá, Famac, Cruz Roja Internacional, también tienen alianzas con: Universidad de la Amazonia, Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD, Uniminuto, Universidad Unicervantes, para escenario de prácticas con estudiantes y proyectos de investigación.</p>	<p>Brinda servicios integrales de rehabilitación a personas con problemas de adicción, químicas y no químicas. - Psiquiatría, Neurología y psicología, Consulta especializada en psiquiatría Psicología clínica, Psicología clínica infantil, Psicología Esp. en adicciones, Neurología, Consulta psicología general, Terapia individual, grupal, familiar de pareja, Evaluación de desarrollo en niños, Orientación vocacional, rehabilitación cognitiva, Aplicación de pruebas de inteligencia, personalidad, neuropsicológicas, Terapia Ocupacional, Fisioterapia, Trabajo social, Nutrición.</p>	<p>Carrera 30 No. 12 D Sur-70 Barrio Brusela</p>	<p>www.clinicalafe.com.col</p> <p>Administración: 318 452 4919</p>
<p>CLINICA DIVINO NIÑO (PRIVADO IPS)</p>	<p>Centro Neuropsiquiatrico, dedicado a actividades de atención interna en salud mental.</p>		<p>Carrera 9 N 9 03 Barrio La Estrella.</p>	<p>Teléfono: 435 7978 Sede: 435 7978</p>

RECOMENDACIONES CLAVES PARA INCORPORAR ESTE TRABAJO COMO UNA BUENA PRÁCTICA

- La primera recomendación que se realiza a través de esta sistematización para la alianza psicosocial es diseñar un sistema que les permita registrar de manera escrita y documentada el proceso que se realiza al interior de cada uno de los encuentros, de tal manera, que les sirva de soporte documental y como material de consulta para las organizaciones interesadas en conocer el proceder y el trabajo que se realiza en la organización.
- Es de vital importancia que la alianza psicosocial diseñe un instrumento para el registro de cada una de las herramientas psicosociales, aportadas por las diferentes organizaciones que la conforman, estas herramientas se puedan oficializar como insumos validados por la misma alianza para hacer compartidos o socializados con otras organizaciones interesadas en el tema de atención psicosocial en el departamento.
- La alianza psicosocial puede crear una herramienta en la cual dé a conocer el paso a paso de como constituir una alianza psicosocial y puedan de esta manera, crear a partir de ello, una asesoría a nivel Departamental, municipal o nacional en el tema y esta se constituya en una buena práctica.
- Se le sugiere a la alianza psicosocial hacer una réplica de cada una de las herramientas psicosociales reportadas en esta sistematización, con seguimientos específicos con el fin de ser validadas por otras organizaciones, entidades o comunidades como

material innovador y asertivo para la atención a la población víctima.

- Es importante que la alianza psicosocial incluya a otras organizaciones, entidades o agremiaciones del departamento que atienden población víctima desde el componente de atención psicosocial para nutrir el trabajo interno de la misma y poder liderar este campo de acción en el departamento y en la región.
- La alianza psicosocial al fortalecer su trabajo interno puede convertirse en una red de apoyo para asesorar a la Secretaría de salud municipal y departamental en el tema de acompañamiento y atención psicosocial.
- La alianza psicosocial puede ser una organización que acompañe a las secretarías de salud departamental y municipal en la implementación de algunos espacios saludables y de prevención de la salud mental a través de la implementación de las diferentes herramientas psicosociales y aportar a la política pública de la misma.
- La alianza psicosocial a través del diseño y sistematización de las diferentes herramientas psicosociales que tiene descritas puede convertirse en un aliado para las universidades que abordan temas de Psicología o de atención psicosocial a la población, documentos e información que puede ser referente para los currículos universitarios.
- Se sugiere de manera respetuosa que las organizaciones que hacen parte de la alianza psicosocial puedan fortalecerse en términos de planeación estratégica, precisión en las metodologías y los enfoques que aborda cada una de ellas, de esta manera las herramientas psicosociales diseñadas pueden estar mejor documentadas para que estas puedan ser una muy buena práctica en el campo de la atención psicosocial.

- Ofertar el diplomado cuidarte como una posibilidad de dar a conocer las diferentes herramientas psicosociales elaboradas por las organizaciones que conforman la alianza, que estas sean aplicadas en las comunidades de los estudiantes y puedan ser complementadas como insumos para aperturar otras cohortes.
- Es vital para la alianza psicosocial seguir contando con el apoyo logístico, económico y de asesoría de las organizaciones que han hecho posible que esta alianza se conforme con el fin de replicar la experiencia en este territorio y quizás en otros que lo requieran.

Realizar esta sistematización fue una experiencia muy interesante toda vez que se pudo dilucidar el proceso completo de un trabajo, en el cual se aunaron esfuerzos de muchas organizaciones para abordar un tema en común que beneficia a toda la población del departamento y quizás de la región o del ámbito Nacional, en cuanto a la atención psicosocial de la población víctima, este trabajo sirve de insumo tanto para las organizaciones responsables del tema desde la política pública de salud mental y demás organizaciones como para la misma población beneficiada, reconozco la importancia del mismo y agradezco la oportunidad de haber podido estar tan cerca de él y haber podido aportar como organización y de poder recolectar la información y escribirla.

